

sale & pepe

SALEPEPE.IT
MARZO 2017



**Carciofi
alla fiamminga,**
pag. 40

IN EDICOLA IL 23 FEBBRAIO 2017

CARCIOFI duri dal cuore tenero **VASOCOTTURA** il barattolo al posto della pentola **RISO INVECCHIATO** l'età rende il chicco interessante **LA SPALLA** un taglio da riscoprire **CIAMBELLE** ma chi l'ha detto che non tutte escono col buco...

Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 30 - Mensile



Ritorniamo alla natura, dissero le fragole.

E con un grande balzo saltarono nel vaso della confettura Darbo assieme alle altre fragole. Questo è anche del tutto naturale, quando si sa, che ogni vaso contiene solo la qualità migliore. Se anche Lei vuole seguire il richiamo della natura, alla prossima colazione provi le eccellenti confetture di Darbo in tanti insuperabili gusti. Per maggiori informazioni sulle nostre confetture visitate www.darbo.com

d'arbo
Naturrein

Il pieno sapore della natura.

88



16



24



DALLA NOSTRA CUCINA

Camino per torte...

I segreti della celebre apple pie e tante sfiziosità di primavera 11

LA DOLCE VITA

Dolci con il buco

Golosa sfilata di ciambelle fracite e glassate, con frutta e cioccolato... 98

Servizi

IL TOCCO IN PIÙ

Paté di olive

Verde o nero, rende unici crostini, carni, ortaggi, pasta e uova 24

TEMA DEL MESE

Carciofi

Gioielli dell'orto che si prestano a mille interpretazioni diverse..... 30

PASSIONI

Riso invecchiato

Chicchi speciali per risotti e ripieni gourmand 50

BONTÀ DI STAGIONE

La riscoperta della spalla

Di agnello, bovino o suino, è l'ideale per piatti sapidi e succulenti 68

SEMPLICI PIACERI

Cottura in vaso

Una tecnica semplice che rende più fragranti carne, pesce e verdure 88



98

salepepe.it

Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito



Sale&Pepe è social!

Siamo su facebook. Seguitemi anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.



La nuova app di Sale&Pepe

Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Evasioni

L'INVITO

Amici in cucina

Piatti sfiziosi e divertenti da cucinare e mangiare in compagnia.....16

LUOGHI ECCELLENTI

Stoccolma

Natura, arte e cucina a chilometri zero nella capitale svedese 60

TAPPE DEL GUSTO

In giro per botteghe

Peccati di gola e specialità tradizionali in negozi d'altri tempi.....112

Scuola

LA RICETTA GOURMET

Polpetti alla luciana

Un classico napoletano elogiato anche dal grande Eduardo.....82

TECNICHE

Le patate colorate

Come usarle per preparare insoliti gnocchi e sorprendenti contorni ... 108

SCELTI DA SALE&PEPE

Tiramisù d'autore

Il celebre dessert secondo gli esperti di cucina Clara e Gigi Padovani 117

Rubriche

DETTAGLI DI STILE

Decorazioni per rendere più bella la casa

Radicchio fiorito.....46

BUONE LETTURE

Scelte con passione per essere divorate

Dal comfort food al sushi 48

A PROPOSITO DI VINO

I consigli del sommelier

Calici per risotti.....59

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

Oggetti e attrezzi per la cucina

Microonde hi-tech 79

FOODBLOGGER

Tutto il buono del web

Cucinare con i vasetti 97

MADE IN ITALY

Conoscere e gustare le eccellenze

Trote e salmerini del Trentino 120

Hanno collaborato con noi a Marzo



CLARA E GIGI PADOVANI

Con i loro libri, Clara e Gigi Padovani si occupano degli argomenti più diversi: la storia del cibo ("Italia Buon Paese"), lo studio degli ingredienti ("Conoscere il cioccolato") e i fenomeni di tendenza ("Street Food all'italiana"). A pag. 117

TOMMASO FARA

È l'ideatore di "Foodspot", un open space con cucine attrezzate situato nella zona dei navigli a Milano. Qui è possibile e cucinare con gli amici e, se si vuole, con la collaborazione di Tommaso. A pag. 16



BRUNO REBUFFI E MAURO BRUN

Bruno Rebuffi (in primo piano) ci ha accompagnato nella "riscoperta della spalla". Con Mauro Brun (dietro) è titolare delle macellerie "Annunciata" e "Pregiate carni piemontesi" di Milano. A pag. 68



M. CAMAGNA

IN COPERTINA

Crciofi alla fiamminga, pagina 40.
Vassoio Fioroni Design, piatto Asa Selection.

70 ANNI DI STORIE E SAPORI ITALIANI

BUON COMPLEANNO

70



Guardini

La passione prende forma.

www.guardini.com

MADE IN ITALY

Qualità italiana e funzionalità sono le caratteristiche dei nostri prodotti. Creiamo stampi da forno con **amore**, per dare spazio alle tue idee in cucina e rendere creativi anche i piatti della **tradizione**. Portiamo in tavola la tua **arte** da condividere con tutta la **famiglia**.

AMORE, TRADIZIONE, FAMIGLIA, ARTE, QUALITÀ
70 anni di storia in ogni teglia.



INDICE

LE RICETTE DI MARZO 2017

ANTIPASTI, FOCACCE, PANINI E TORTE SALATE

Carciofi alla fiamminga	40
Carciofi ritti	40
Cartocchetti di patate colorate al burro e cipollina	110
Chips di parmigiano soffiato	22
Crostoni cremosi con porri, radicchio e aceto balsamico.....	114
Millefoglie di vitello all'acciuga tartufata.....	95
Mimosa cocktail in gelatina	13
Pastiera salata ai carciofi	42
Stuzzichini di patate colorate....	109
Toast Skagen	61
Treccia di sfoglia con paté di olive verdi e zucca.....	26

PRIMI

Gnocchi di patate viola.....	110
Risotto al Vermouth, capesante e pistacchi al profumo di limone e vaniglia	56
Risotto alla lattuga con burrata e crostini alle acciughe	57
Risotto alle cipolle caramellate e rosmarino	53
Risotto alle melanzane con animelle croccanti e zenzero	57
Risotto con scampi crudi al pesto piccante di coriandolo	54
Risotto mantecato allo zafferano e latte di cocco.....	57
Troccoli al saraceno con padellata di verdure	23
Zuppa di pesce alla catalana.....	91

SECONDI

Aringhe fritte in salamoia	62
Arrostito di spalla di maiale alle olive	74
Bollito speziato di spalla di manzo	73
Cataplana di conchiglie allo zenzero	22
Costolette d'agnello con paté di olive nere e patatine novelle....	26
Filetto di maiale al caffè e zucchero di canna	23
Frittata variegata di patate	110

Pollo marinato alle spezie con cuscus	93
Polpetti alla luciana	83
Salmerini al forno con salsa alle mele	121
Scottiglia di agnello	114
Spalla di agnello confit	74
Spalla di maiale alla birra con acciughe e rucola	74
Spezzatino di spalla di agnello speziato come nella tajine	69
Tonno speziato allo zenzero con pesto di carote	95
Uova in cocotte con cavolo nero, paté di olive nere e crostini	26

CONTORNI, VERDURE E SALSE

Carciofi al limone.....	33
Carciofi fritti con aioli al pepe verde	34
Mousseline di asparagi al prosciutto	95
Pesto di salvia	13
Rostini di patate e carote con spinacini e salsa verde	20
Tajine di carciofi, pomodori, olive e limoni	36
Tatin di cipollotti e mandorle.....	22

DESSERT E BEVANDE

Angel cake con lamponi	106
Apple pie.....	12
Beergarita	18
Biscotti rosa di Reims	119
Ciambella di zucca e zenzero	100
Ciambelline banana e cioccolato	104
Ciambellone birra e arancia.....	106
Corona di zucchine al limone....	106
Gelo di melone.....	12
Gobeletti ai fiori canditi	114
Mug Cake al cioccolato	14
Pannacotta alla barbabietola con spuma al limone	23
Pink-me-up dalla Romania.....	119
Torinomisù	118
Torta brioscata noci e caffè.....	102
Tortini di mandorle e mele.....	65
Tortini soffici al cioccolato fondente e arancia	95

INDIRIZZI

- **100 Fa Vintage**, www.100fa.it
- **Arteinolivo**, www.arteinolivo.com
- **Asa Selection distr. da Merito**,
www.asa-selection.com - www.merito.it
- **Bloomingville**, in vendita da Ila Malù,
www.ilamalù.com
- **Broste Copenhagen**,
www.brostecopenhagen.com
- **Bormioli Luigi**, www.bormioliluigi.com
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **C&C Milano**, www.cec-milano.com
- **Cargo**, www.cargomilano.it
- **Centrotavola Milano**,
www.centrotavolamilano.it
- **Emporio Tessile**,
www.emporiotessilemilano.it
- **Federica Bubani**, www.federicabubani.it
- **Fiskars**, www.fiskars.it
- **Fiorirà un Giardino**,
www.fioriraungiardino.com
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Fornace Brioni**, www.fornacebrioni.it
- **Funky Table**, www.funkytale.it
- **Hübsch**, www.hubusch-interior.com
- **Ichendorf**, www.ichendorfmilano.com
- **Iittala**, distr. da Fiskars,
www.fiskars.it - www.iittala.com
- **Ilaria Innocenti**, www.ilariai.com
- **Incipitlab**, www.incipitlab.com
- **J&V Store Jannelli&Volpi**,
www.jannellievolti.it
- **Jars**, in vendita da Ila Malù,
www.ilamalù.com
- **Jars Céramistes**,
www.jarsceramistes.com
- **Joseph Joseph**, distr. da Trading Group,
www.josephjoseph.com -
www.trading-group.it
- **L'Arte nel Pozzo**, www.artenelpozzo.it
- **La Fabbrica del Lino**,
www.lafabbricadellino.com
- **laRinascente**, www.larinascente.it
- **Le Stanze della Memoria**,
www.lestanzedellamemoria.it
- **Lékué**, distr. da Schoenhuber,
www.schoenhuber.com
- **Libeco**, www.libeco.com
- **Livellara**, www.livellara.com
- **MCM Emballages**, www.mcm-europe.it
- **MVH**, www.mvh.it
- **Madame Gioia Home**,
www.madamegioiahome.it
- **Made a Mano**, www.madeamano.it
- **Manuel Canovas**, distribuito da Colefax
and Fowler, www.colefax.com
- **Marina C.**, www.marinac.it
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Moi et Toi**, www.moitoli.it
- **Muji**, www.muji.eu
- **Normann Copenhagen**,
www.normann-copenhagen.com
- **Orissa**, www.orissa.it
- **Paderno**, www.paderno.it
- **Panasonic**, www.panasonic.com
- **Risani Marmi**, www.risanimarmi.it
- **Sambonet Paderno Industrie**,
www.sambonet.it
- **Samsung**, www.samsung.com/it
- **Segno Italiano**, www.segnoitaliano.it
- **Sen**, www.sen-factory.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Society Limonta**,
www.societylimonta.com
- **Stamperia Bertozzi**,
www.stamperiabertozzi.it
- **TVS**, www.tvs-spa.it
- **Tescoma**, www.tescomaonline.com
- **Tradizioni Associate**,
www.tradizioniassociate.it
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **Wald**, www.wald.it
- **Whirlpool**, www.whirlpool.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com

BUONI DAL PROFUMO IN POI

LA STORIA CONTINUA

*Ne parliamo da 60 anni...
... non li abbiamo mai cambiati!
E non li cambieremo neppure quest'anno...
... a parte il vestito!*


Ghiottini
i Cantuccini alle mandorle



Seguici su Ghiott Firenze o su www.ghiott.it


Ghiott
1953

Piacere, Mielizia.



+ Linkage Adv

Noi siamo la filiera del miele italiano

Controllato, garantito, ma soprattutto buono, sano e autentico: è il nostro miele, lo conosciamo bene perché lo facciamo noi, in Italia. Seguiamo ogni fase della lavorazione e ogni giorno ci prendiamo cura delle nostre api, rispettando l'ambiente, per poter offrire sempre prodotti eccellenti, dai sapori diversi e con tante qualità. Un vero Piacere.



Attrazione Naturale

www.mielizia.com

Scopri la nostra storia, i prodotti e le ricette su



LA NEWS PIÙ LETTA

Una bevanda calda è come una coccola nelle serate d'inverno. E nella stagione che ci stiamo lasciando alle spalle il gradimento dei nostri lettori online si è concentrato proprio sul pezzo dedicato ai trucchi per fare un vin brûlé perfetto. La sezione "consigli pratici" del canale news sta riscuotendo grande successo: oltre al pezzo sul drink speziato, sono piaciuti quelli su come scegliere tra forno statico e ventilato e sui consigli per far durare il cibo più a lungo.



TUTTO SULL'AVOCADO

Voluttuoso frutto esotico, l'avocado è sempre più utilizzato anche nella nostra cucina ed è ormai riconosciuto come prezioso alleato della salute. L'avocado infatti aiuta il cuore, contrasta l'invecchiamento, favorisce l'elasticità della pelle e il buon funzionamento degli occhi. Ma soprattutto il suo sapore e la consistenza burrosa, lo rendono un ingrediente unico. Il guacamole è la ricetta più nota dove è protagonista indiscusso: è una salsa leggermente piccante da servire con le chips di mais, o come condimento per le verdure. Questo delizioso frutto può arricchire macedonie e antipasti, ma può essere servito anche per accompagnare ricette creative. Sul nostro sito abbiamo dedicato uno speciale a questo frutto straordinario.

Benvenuta primavera

RICETTE CREATIVE, ARTICOLI, APPROFONDIMENTI E TANTE IDEE PER RENDERE UNICHE LE OCCASIONI IMPORTANTI

di Barbara Roncarolo



VEGGIE È FACILE

Se alcune ricette vegetariane sono creative e fantasiose, è anche vero che molti piatti sono parte della nostra tradizione culinaria. Basti pensare a parmigiana di melanzane, lenticchie in umido, pizza Margherita o alle tante varianti della pasta e fagioli, purché senza lardo o pancetta. L'area veg del nostro sito è varia: raggruppa ricette classiche senza carne o pesce e propone anche piatti sfiziosi più originali, come i veg burger di legumi (foto), o preparazioni con tofu, seitan o temphe.



CROSTATA: LA PIÙ AMATA

Per la base di pasta frolla occorrono semplicemente burro, farina, uova e zucchero e, se vi piace, un po' di scorza grattugiata di limone. Per la farcitura è ancora più facile: basta scegliere la confettura preferita. La crostata sul nostro sito è il dolce più amato del mese, perché si prepara rapidamente ed è genuina e golosa: una torta perfetta come dessert o per merenda.

SPECIALE MATRIMONIO

I preparativi per le nozze regalano attimi favolosi: sogni, idee e creatività sono liberi di manifestarsi, per arrivare al giorno del sì sicuri di aver predisposto una cerimonia che rispecchi lo stile degli sposi. Sul nostro sito abbiamo preparato uno speciale matrimonio, per offrire tante idee da cui prendere spunto, ma anche per dare tutti gli elementi per un perfetto ricevimento fai da te. Clic dopo clic trovate torte da sogno, decori e cadeaux, confetti declinati in mille fogge e gusti e anche sacchetti e scatoline portaconfetti per lasciare agli invitati un ricordo unico.



Dal 1972

fior di loto

Sempre con te

#BIOIMPRONTA
#ricicla
#ECOSTENIBILE
#Antispreco
#BIOLOGICO
#bicicletta
#DISTAGIONE
#RIUSO
SENZA OLIO DI PALMA



Naturalmente **biologici**,
incredibilmente **buoni**!

I nostri biscotti **senza olio di palma**
sono buoni in tutti i sensi.

Ami la terra? Scopri come prendertene
cura sul retro del pacchetto.

Ogni gesto è un'impronta, scegli
che segno lasciare ogni giorno.

Raccontaci e condividi i tuoi

semplici gesti con **#BIOIMPRONTA**



www.fiordiloto.it Seguici su





Laura Maragliano

Camino per torte...

**STORIA DI UN ELEFANTINO CHE
VIVE NELLA APPLE PIE INGLESE.
POI UN PESTO “QUASI” DI
PRIMAVERA, POI UN COCKTAIL
CHE DIVENTA SOLIDO...
TANTE IDEE PER SALUTARE
L'INVERNO CHE SE NE VA**

**ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette di Francesca
Moscheni e Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello**



Spesso gli incontri sono casuali. Perché, proprio in un preciso momento (e solo in quello), cose o persone s'incrociano? Congiunzioni astrali, regole del caos, destino? Chi lo sa. So soltanto che in mezzo ai tanti oggetti esposti in una mostra di brocantage, quel piccolo elefantino di ceramica che vedete a fondo pagina, ha attirato la mia attenzione. Pensavo di aver trovato un soprammobile, invece si tratta di un utensile da cucina un tempo molto popolare in Inghilterra: il pie funnel, camino per torte. Questo piccolo oggetto, per fare il suo dovere, deve avere una base non diritta e uno sfiatatoio, che nel caso del mio funnel è la proboscide. Messo al centro della pie in cottura fa uscire il vapore sprigionato dal ripieno, consentendo alla sfoglia di risultare più croccante. I funnel sono nati durante il periodo vittoriano, mi ha spiegato il collezionista (www.teddytheartist.it), e si possono trovare di forme semplici, coniche o cilindriche, oppure più elaborate, come i popolari pie birds, merli che sveltano col becco giallo. Di ceramica o porcellana, di alluminio o vetro, oggi sono caduti in disuso diventando oggetti da collezione. Gli esemplari più antichi portano impressa la marca e il numero di registro da cui si può risalire all'anno di produzione. Il mio elefantino, che con la sua proboscide impettita è stato messo subito al lavoro nella cucina di redazione, è marchiato Nutbrown, un'azienda che tra il 1930 e il 1970 è stata molto popolare in Inghilterra per la produzione di pie funnel. Per provarlo, la nostra food stylist Antonella ha cucinato una classica apple pie, la torta inglese più famosa, il cui ripieno, da poco dichiarato patrimonio della UE, deve essere rigorosamente fatto con la mela Bramley: varietà considerata già dall'epoca vittoriana come la più adatta e di cui oggi esiste ancora il primo albero che, piantato nel 1809, fruttifica tuttora. La ricetta della nostra apple pie proviene dal libro "Perfect pie" i cui autori, Si King e Dave Myers (noti come "The Hairy Bikers"), sono due massicci motociclisti famosi per le loro trasmissioni di cucina tradizionale alla Bbc. Chissà quale funnel posseggono? Di sicuro il mio elefantino avvolto dal ripieno di mele si è sentito di nuovo a casa.

> segue a pag. 12



APPLE PIE

PER 8 PERSONE

per la pasta frolla: 400 g di farina
più quella per la lavorazione
- 250 g di burro più quello
per lo stampo - 1 uovo - 2 cucchi
colmi di zucchero semolato
- la scorza grattugiata di 1 limone
per il ripieno: 150 g di zucchero di
canna - 1/2 cucchiaino di cannella
- 2 cucchiaini di amido di mais - 600 g di
mele Bramley (o renette)
per lucidare: 1 uovo - 1 cucchiaio
di zucchero di canna

- **1** Preparate la pasta. Mescolate la farina, lo zucchero semolato e la scorza di limone in una ciotola. Disponete al centro il burro freddo a cubetti e impastate gli ingredienti con la punta delle dita fino a ottenere un composto di briciole. Aggiungete l'uovo sbattuto con 2 cucchiaini di acqua fredda e lavorate il tutto finché la pasta sarà omogenea. Prelevate 1 terzo dell'impasto, formate una palla leggermente appiattita, avvolgetela con pellicola trasparente e mettetela in frigo. Formate una palla appiattita anche con la pasta rimasta e stendetela con un matterello su un piano infarinato: dovrete ottenere un disco di circa 2 mm di spessore con diametro sufficiente a ricoprire il fondo e i bordi di uno stampo da pie svasato di 1,2 litri (la pasta deve anche sbordare leggermente). Imburrate lo stampo e disponetevi la frolla pressandola bene e verificando che non ci siano bolle d'aria. Proteggete il tutto con pellicola trasparente e conservate in frigo.
- **2** Preparate il ripieno. Mescolate lo zucchero di canna, la cannella e l'amido di mais in un'ampia ciotola. Sbucciate le mele, tagliatele in quarti, privatele del torsolo e riducetele a fettine. Mettetele nella miscela di zucchero e mescolate bene in modo che aderisca alle mele. Bucherellate la pasta nella tortiera e versatevi le mele (unite anche i residui dello zucchero aromatico).
- **3** Stendete la pasta rimasta. Adagiatela sulla pie e sigillate i bordi premendoli tra le dita. Con un coltello eliminate gli eccessi di pasta. Lucidate la superficie con l'uovo sbattuto. Impastate gli scarti e intagliatevi delle foglie. Disponetele tutto intorno alla pie e spennellate anch'esse con l'uovo. Create un camino per far sfiatare la torta: foratela al centro e inserite nel buco un cilindro di carta stagnola di 1 cm di diametro (noi abbiamo utilizzato un camino in ceramica, da appoggiare sul ripieno prima di aggiungere la sfoglia di copertura). Spolverizzate il tutto con lo zucchero di canna e cuocete in forno caldo a 200° per 45-50 minuti finché la torta sarà dorata. Se si scurisce troppo presto, proteggetela con un foglio di carta da forno. Servitela calda o tiepida.



1



2



3

Pesto di salvia

L'inverno non è ancora finito, ma si iniziano già a desiderare sapori più freschi e aromatici. In attesa del profumato basilico di stagione, provate questo straordinario pesto di salvia. Vi basterà pestare (o frullare) 30 foglie di salvia con 70 g di mandorle sgusciate e senza pelle, 50 g di grana, 150 ml di olio, un pizzico di sale e uno di pepe. Ne otterrete una salsa deliziosa che si conserva in frigorifero anche per 15 giorni, in un barattolo a chiusura ermetica e ben coperta di olio. Potete utilizzarla per condire la pastasciutta (in questo caso stemperatela con poca acqua di cottura della pasta) o dei tortelli di magro, ma anche per farcire degli involtini di vitello o pollo: stendete un velo di pesto sulle fettine di carne, arrotolatele, avvolgetele in una fetta di prosciutto e cuocete in olio e burro (è una versione insolita e piacevolissima dei saltimbocca alla romana). E se volete preparare in due secondi lo spezzafame più goloso del mondo, spalmate un po' di salsa su un trancio di focaccia caldo. Provare per credere...



L'8 marzo si festeggia la donna, il 21 arriva la primavera. Ecco le idee, i colori, i sapori gentili per celebrare due date fondamentali dell'anno



Mimosa cocktail in gelatina

Succo d'arancia e spumante brut: sono gli ingredienti dello storico drink che ricorda, nel colore, la mimosa, il fiore simbolo della giornata della donna. Per servirlo alle amiche in una veste insolita, eccolo in versione gelée. Per 25/30 pezzi, mettete a bagno in acqua fredda 20 g di gelatina in fogli per 10 minuti. Versate 250 ml di succo d'arancia fresco e filtrato in un pentolino, unite 1 cucchiaino di zucchero e scaldate a fiamma bassa. Unite la gelatina strizzata, fatela sciogliere mescolando e togliete dal fuoco. Aggiungete altri 250 ml di succo d'arancia filtrato e 500 ml di spumante brut, versate il cocktail in uno stampo quadrato di 22 cm di lato e mettete in frigo per almeno 8 ore. Immergete brevemente lo stampo in acqua calda e sformate la gelatina su un tagliere. Con uno stampino rotondo ricavate tanti shottini di mimosa che servirete su piattini individuali o su un piccolo vassoio. A piacere potete intensificare il colore unendo poche gocce di colorante alimentare giallo o aggiungere una nota più aromatica con uno spruzzo di acqua di fiori d'arancio.



Mug Cake al cioccolato

In America si chiamano così i dessert veloci in tazza, ovvero quei dolci estemporanei che si cuociono in un attimo al microonde e sono nati per risolvere quei momenti “drammatici” in cui si ha una terribile voglia di dolce ma non si ha niente in casa. Fate sciogliere a fuoco dolce 45 g di burro. Riunite in una ciotola 35 g di farina, 50 g di zucchero, 2 cucchiaini di cacao amaro, 1 cucchiaino di lievito e 1 pizzico di sale. Mescolate e incorporate il burro fuso, 1 uovo e 3 cucchiaini di latte. Suddividete il composto in 2 tazze da tè della capacità di 300 ml. Adagiate al centro dei quadretti di cioccolato fondente (50/70 g per tazza) e spruzzate ogni tazza con un cucchiaino d’acqua. Cuocete nel microonde alla massima potenza per 1 minuto e 20 secondi circa, finché i mug cake risulteranno gonfi, con i bordi asciutti e il centro leggermente umido. Lasciateli riposare per 5 minuti, spolverizzateli con zucchero a velo e accompagnateli con spicchi di fragola. Se non avete il microonde potete cuocerli nel forno tradizionale a 200° per 10-12 minuti usando cocotte resistenti al calore.

Un dolcetto da preparare al volo, un’idea originale per decorare la tavola.
Sono i piccoli sfizi che rendono divertente lo stare in cucina



Scatolette milleusi

Molti formaggi francesi ma anche il burro della Normandia, alcuni dolci, frutti e ortaggi, sono confezionati in scatolette, mini cassette o vassoietti in legno di balsa. Vale la pena di conservarli e, dopo averli lavati e asciugati accuratamente, riutilizzarli come contenitori per dare un tocco originale alla tavola. Sono ideali per servire piccoli snack di antipasto, biscottini e frutta fresca o secca, come cestini del pane in una tavola informale oppure per proteggere la base delle bottiglie dell’olio e del vino. A seconda dell’uso e della mise en place, potete presentarli al naturale o rivestirli con tovagliolini colorati, pizzi di carta bianchi, veline.



ARANCIA ROSARIA. PERFETTO EQUILIBRIO TRA GUSTO E BENESSERE.

Ricca di vitamine A, B, PP e C,
ideale come coadiuvante della
cura degli stati influenzali

Ricca di antiossidanti
contro l'invecchiamento

Effetti benefici sulla
microcircolazione

Una sferzata di energia,
ideale per chi pratica sport

GRUPPO RONCAGLIA



Rosaria è l'arancia rossa coltivata alle pendici dell'Etna da un gruppo di produttori associati secondo rigorose tecniche di produzione integrata. Fresca, succosa, profumata e con la caratteristica pigmentazione "rossa": infatti, grazie alla forte escursione termica tra il giorno e la notte, si accelera il processo di pigmentazione che fa diventare rosse le arance e che dà loro un'inconfondibile ricchezza organolettica.



Amici in cucina

UNA GIORNATA DA TRASCORRERE
INSIEME, TRA CHIACCHIERE,
FORNELLI E TANTI GOLOSI ASSAGGI

testo di Cristiana Cassé, ricette di Tommaso Fara e Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, styling di Barbara Mantovani.
Si ringrazia per l'ospitalità www.food-spot.it di Tommaso Fara

Foto chips: centrotavola "Sombbrero" Federica Bubani.
Foto cataplana: runner, tovaglette all'americana e
tovaglioli Society Limonta, tavolette in legno di Moi et
Toi, piatti "Teema" e sottobicchieri littala (design Issey
Miyake), bicchieri da laRinascente, numeri segnaposto
da 100Fa. Nella pagina a fianco, bicchieri Zara
Home, piattino Society Limonta Ceramics (design
Beatrice Rossetti). Foto tavolata: vedi pag. 23.
Indirizzi a pagina 6



**Chips di parmigiano
soffiato,**

pag. 22



**Cataplana
di conchiglie
allo zenzero,** pag. 22



In ogni gruppo di amici ce n'è sempre uno che ama cucinare. È una sorta di giustizia cosmica che li distribuisce qua e là, in modo che tutti ne abbiano uno. Ecco, coinvolgetelo in qualcosa di nuovo. Chiedetegli una giornata ai fornelli tutti insieme, dove lui farà da capo chef, in una sorta di Hell's Kitchen di noi altri, poco hell e molto kitchen. Il divertimento è assicurato e il pranzo, preparato con tante mani, regalerà soddisfazioni non solo al palato. Noi l'abbiamo fatto con l'amico Tommaso una domenica mattina. Arrivati a casa sua, l'abbiamo trovato con i fornelli già caldi, pronto a svelarci un antipastino bellissimo: le chips di formaggio soffiato. Difficile spiegare come due minuti di microonde possano trasformare il parmigiano in qualcosa di ancora più buono. Il risultato è strabiliante. Poi si era concordato un bel misto di cozze e vongole e Tommaso, per cuocerle, si presenta con una cataplana, una pentola della tradizione portoghese, un incrocio tra una padella e un forno, perfetta per le conchiglie. Ci aggiunge tanti aromi, tra cui lo zenzero, che stupisce per quanto si sposi bene con il sapore di mare.

> segue a pag. 19



BEERGARITA

Versate in una caraffa 4 cucchiaini di sciroppo di agave e il succo di 2 lime. Unite poca acqua e mescolate bene. Aggiungete 200 ml di acqua frizzante e 2 bottigliette di birra chiara e miscelate il tutto. Con uno spicchio di lime inumidite il bordo di 4 bicchieri, quindi appoggiateli capovolti su un piattino che avrete riempito di sale in modo che aderisca al bordo. Versate il cocktail nei bicchieri e decorate con fettine di lime e petali di rosa. Per 4 persone

Tatin di cipollotti e mandorle, pag. 22



Per l'oggettistica di queste pagine vedi a pag. 23.



Troccoli al saraceno
con padellata di verdure,
pag. 23



UN SPAZIO PER CUCINARE
Il padrone di casa di cui si parla nel servizio è Tommaso Fara (foto sopra). Di professione restauratore, ha scritto tre libri di cucina, tra cui l'ultimo "Diversamete cotto" (edizioni Gribaudo), ed è l'ideatore di Foodspot (www.food-spot.it), di cui vediamo gli ambienti in queste pagine: un loft a Milano con doppia cucina attrezzata dove si può trascorrere una giornata ai fornelli con gli amici (con o senza l'aiuto di Tommaso).

> segue da pag. 17

Intanto, Luca esegue alla perfezione il beergarita: birra, lime, sciroppo di agave, acqua frizzante. Sobrio, elegante, freschissimo. Vale la pena di prepararne un po' di più, di sicuro non avanzerà. Fare le tatin è stato poi uno dei passaggi più divertenti, sono come delle piccole magie. Il ripieno (miele, cipollotti, mandorle) si mette direttamente sulla teglia, ci si appoggiano sopra i dischetti di pasta e, poco prima di sedersi a tavola, si inforna tutto per pochi minuti. Poi basta capovolgere le tortine, che sveleranno la profumata farcitura. A questo punto siamo passati ai piatti forti. E qui c'è stato un piccolo momento di panico.

Barbara e Michela si guardano... "Come si fa a preparare i troccoli con le verdure se nessuno ha comprato i troccoli?" Tommaso ci guarda sbalordito: "ma i troccoli li facciamo noi!". Scusi chef, che distratti. L'impasto è particolare, con un po' di farina di grano saraceno che aggiunge un tocco rustico e sapido. Per tagliarli abbiamo usato l'apposito utensile, la chitarra, tipica delle regioni del centro-sud, ma si possono fare tranquillamente anche a coltello. E per condirli, una bella padellata di verdure ridotte a julienne e fritte, un tipo alla volta come si fa per la caponata. Un po' di origano e il gioco è fatto.

> segue a pag. 21



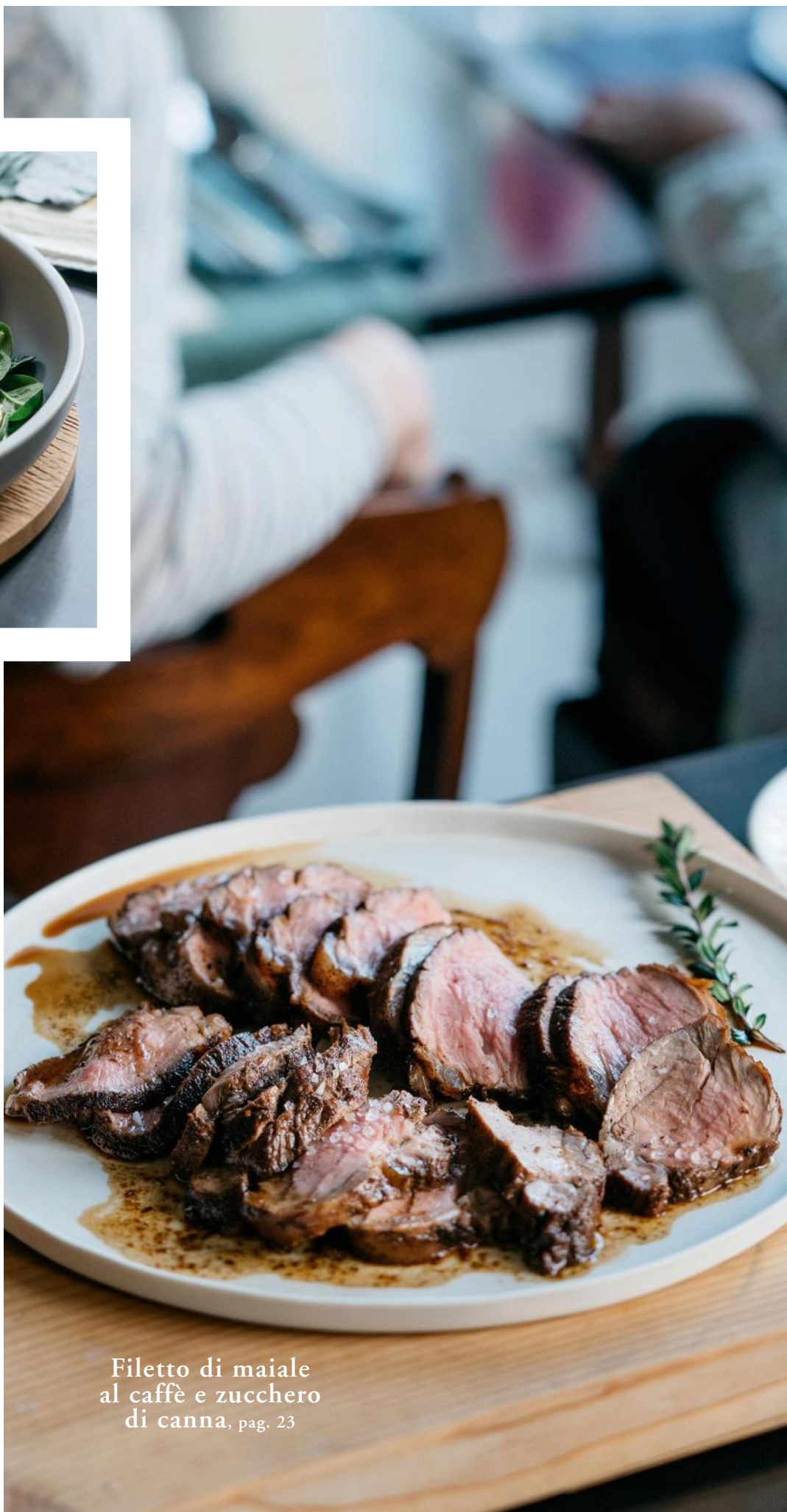
ROSTINI DI PATATE E CAROTE CON SPINACINI E SALSA VERDE

Sbucciate 8 piccole patate rosse e raschiate 2 grosse carote con il ciuffo (tenete da parte le foglie). Lessate gli ortaggi per 10 minuti e poi grattugiateli con la grattugia a fori grossi. Lavate le foglie di carota, spezzettatele e unitele alle verdure grattugiate. Salate e pepate.

Strofinare una padella antiaderente con uno spicchio di aglio e scaldare un filo di olio. Con le mani inumidite, modellare tante polpette oblunghe, appiattitele leggermente e rosolatele a fiamma bassa nella padella 5-6 minuti per lato. Dissalare 2 acciughe e frullatele con 1 cucchiaino di senape, 2 cucchiaini di olio, 1/2 bicchiere di acqua e una manciata di foglie di prezzemolo. Distribuite 100 g di spinacini nei piatti, conditeli con qualche goccia di salsina e serviteli con accanto i rostini e la salsina rimasta suddivisa in 4 ciotoline.

Per 4 persone

Per l'oggettistica di queste pagine vedi a pag. 23.



Filetto di maiale
al caffè e zucchero
di canna, pag. 23



**Pannacotta
alla barbabietola con
spuma al limone,**

pag. 23

> segue da pag. 19

Mentre le verdure per la pasta cuociono, Ioana prepara il filetto di maiale. La ricetta è facile facile. Una marinatura al caffè e zucchero, che dona un sapore divino, e 15 minuti in padella. Se volete fare amicizia con i fornelli ma ancora non ci siete riusciti, questa è la vostra chance. Impegno zero, massimo risultato. Ecco, anche questo dovete dire al vostro amico gourmand: di scegliere ricette che non facciano impazzire e diano soddisfazione. Certo, non è semplice, ma d'altronde deve pur meritarsela la palma del più bravo in cucina. Come contorno, Livia e Michele si esprimono in una ricettina da tenere sempre a portata di mano: i rostini di patate e carote. Le verdure scottate e grattugiate si assemblano a chennelle, si rosolano in padella e si servono con spinacini e una robusta salsa verde. Il dolce l'ha preparato Tommaso, un regalo per noi. Lo vediamo arrivare con tanti bicchieri colorati... Poi realizziamo che non sono i bicchieri, è la pannacotta stessa a essere rosa shocking, grazie alle barbabietole che, morbide e zuccherine, sono deliziose in un dessert al cucchiaino. È stato proprio divertente, bravi tutti! Quando lo rifacciamo?

BERE GIUSTO

Un vino bianco, per esempio il Furore della costiera amalfitana, si prende cura di tutta la prima parte del menu, dalle chips ai troccoli, dando particolare risalto alla varietà dei frutti di mare e seguendo da vicino l'equilibrio suadente delle verdure. Il Teroldego Rotaliano, in una versione dalla corposità moderata, è invece il vino ideale per il filetto di maiale, del quale esalta sia il caffè sia le spezie. Un calice di limoncello non troppo dolce accompagnerà alla perfezione la panna cotta.



CHIPS DI PARMIGIANO SOFFIATO

PER 4 PERSONE

160 g di parmigiano reggiano

- **1** Tagliate il formaggio a pezzetti irregolari, metteteli tra due fogli di carta da forno e cuoceteli nel microonde a potenza quasi massima per circa 1 minuto. Rigiteli e proseguite la cottura per 1 minuto circa. Toglieteli dal forno e lasciateli raffreddare: otterrete delle chips leggere, soffiate e croccanti.
- **2** Se non avete il microonde, procedete così: grattugiate il formaggio, foderate una placca con carta da forno e disponetevi il parmigiano a mucchietti. Allargateli leggermente con un cucchiaino e cuocete in forno già caldo a 200° finché il formaggio sarà sciolto. Sforinate e lasciate raffreddare.

FACILE

- Preparazione 1 minuto
- Cottura 2 minuti ● 165 cal/porzione

CATAPLANA DI CONCHIGLIE ALLO ZENZERO

PER 4 PERSONE

750 g di cozze - 750 g di vongole veraci
- 2 cm di radice di zenzero
- un pezzetto di lemon grass
- la scorza grattugiata di 1 limone - 4 rametti di prezzemolo

- **1** Mettete a bagno le vongole in acqua salata per 2 ore. Pulite le cozze. Raccogliete le conchiglie in una cataplana (se non l'avete potete utilizzare un largo tegame con il coperchio) e unite lo zenzero sbucciato e tritato grossolanamente, il lemon grass, la scorza del limone e il prezzemolo.
- **2** Chiudete il recipiente, mettetelo sul fuoco a fiamma alta e cuocete per 3-4 minuti, poi mescolate e proseguite la cottura per altri 2-3 minuti. Portate in tavola subito nel tegame di cottura.

FACILISSIMA

- Preparazione 15 minuti + riposo
- Cottura 6 minuti ● 300 cal/porzione



TATIN DI CIPOLLOTTI E MANDORLE

PER 4 PERSONE

150 g di farina tipo 1
- 75 g di burro - 25 g di pecorino grattugiato - 1 uovo
- 8 cipollotti - 20 g di mandorle sgusciate - 1 cucchiaino di miele
- sale - pepe

- **1** Disponete la farina a fontana e mettete al centro il pecorino, il burro freddo a pezzetti e l'uovo leggermente sbattuto con un pizzico di sale e uno di pepe. Lavorate l'impasto finché sarà omogeneo, formate una palla, appiattitela un poco, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare in frigo per mezz'ora.
- **2** Intanto, accendete il forno a 180° e mettete le mandorle a bagno in acqua tiepida. Pulite i cipollotti (senza buttare il verde): tagliate i bulbi a metà nel senso della lunghezza

e riducete a rondelline la parte più tenera del gambo. Salateli poco.

- **3** Foderate con carta da forno una placca e distribuitevi il miele in 8 punti ben distanziati. Sistemate sulle gocce di miele i mezzi cipollotti, due a due, con la parte tagliata verso il basso e infornate per 5 minuti. Sgocciolate le mandorle, tagliatele a filetti e distribuitele intorno ai cipollotti.
- **4** Stendete la pasta con il matterello in uno strato di 3 mm e ricavate 8 dischetti di 8 cm di diametro. Appoggiateli sui cipollotti e sulle mandorle e infornate per altri 15 minuti sistemando in un punto vuoto della placca anche la parte verde dei cipollotti. Rigitate le tatin con una paletta e disponetevi sopra il verde dei cipollotti.

MEDIA

- Preparazione 40 minuti
- Cottura 20 minuti ● 375 cal/porzione

TROCCOLI AL SARACENO CON PADELLATA DI VERDURE

PER 4 PERSONE

250 g di semola rimacinata di grano duro - 50 g di farina di grano saraceno - 1 peperone rosso - 1 zucchina - 1 carota - 250 g di puntarelle - 4 cipollotti - 1 piccolo cespo di radicchio tardivo - 1 mazzetto di origano fresco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Lavorate le due farine con 150 ml di acqua tiepida fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Avvolgetelo con pellicola trasparente e lasciatelo riposare mezz'ora.
- **2** Intanto, pulite tutte le verdure e tagliatele a bastoncini molto sottili. In una padella scaldate un filo di olio e fatevi appassire i cipollotti, poi prelevateli e teneteli da parte. Scottate nella stessa padella le altre verdure, un tipo alla volta e a fiamma vivace, in modo che restino croccanti. Poi riunitele nella padella, fatele insaporire per 3-4 minuti, salate, pepate e unite un po' di origano.
- **3** Con il matterello stendete la pasta su un piano infarinato a uno spessore di 3 mm e tagliatela su una chitarra: se non l'avete, infarinate le sfoglie, arrotolatele e tagliatele a rondelle, quindi allargatele su un piano. Lessatele in acqua bollente salata per 13-15 minuti, sgocciolatele e spadellatele brevemente con le verdure.

MEDIA

- Preparazione 40 minuti
- Cottura 30 minuti ● 325 cal/porzione



FILETTO DI MAIALE AL CAFFÈ E ZUCCHERO DI CANNA

PER 4 PERSONE

700 g di filetto di maiale - 1 cucchiaio di zucchero di canna integrale - 2 cucchiaini di paprica affumicata - 1/2 cucchiaino di cumino in polvere - 1 pizzico di peperoncino in polvere - 1 cucchiaio di caffè macinato - 1/2 bicchiere di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Miscelate le spezie con lo zucchero il caffè e un po' di pepe e massaggiate il filetto con il composto. Avvolgetelo con pellicola trasparente e mettetelo a riposare in frigo per mezz'ora.
- **2** Rosolatelo in un tegame antiaderente con un filo d'olio a fiamma bassa (per evitare che lo zucchero sulla

superficie bruci diventando amaro). Salate, sfumate con il vino e proseguite la cottura per 15 minuti rigirando la carne di tanto in tanto e irrorandola con il suo sugo.

FACILISSIMA

- Preparazione 2 minuti + riposo
- Cottura 20 minuti ● 545 cal/porzione

PANNACOTTA ALLA BARBABIETOLA CON SPUMA AL LIMONE

PER 4 PERSONE

50 g di barbabietola al vapore - 600 ml di panna fresca - 100 g di yogurt greco - 350 ml di latte - 2 cucchiaini di zucchero semolato - 1 cucchiaio di zucchero a velo - 8 g di gelatina in fogli - 1/2 stecca di vaniglia - 1 limone non trattato

- **1** Fate ammorbidire gelatina in acqua a temperatura ambiente. Frullate la barbabietola con metà del latte e lo zucchero semolato. Scaldate il resto del latte con la vaniglia e metà della scorza del limone grattugiata e scioglietevi la gelatina strizzata mescolando.
- **2** Scaldate 400 ml di panna. Mescolate il composto di latte con quello di barbabietole e la panna tiepida. Versate in 4 bicchieri e fate solidificare in frigorifero per qualche ora.
- **3** Montate la panna rimasta con lo zucchero a velo e poi incorporate la scorza di limone restante e lo yogurt con delicati movimenti dal basso verso l'alto. Distribuite nei bicchieri e servite.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 2 minuti ● 515 cal/porzione

Pagina 18
Foto bergarita: piatto Society Limonta Ceramics (design Beatrice Rossetti), bicchieri Zara Home, tovagliolo di Society Limonta.
Foto tatin: tessuti di Society Limonta, tagliere da J&V Store Jannelli & Volpi, forchetta Sambonet.
Foto tavolata: runner a righe Stamperia Bertozzi, runner in tinta unita, tovaglette e tovaglioli Society Limonta,

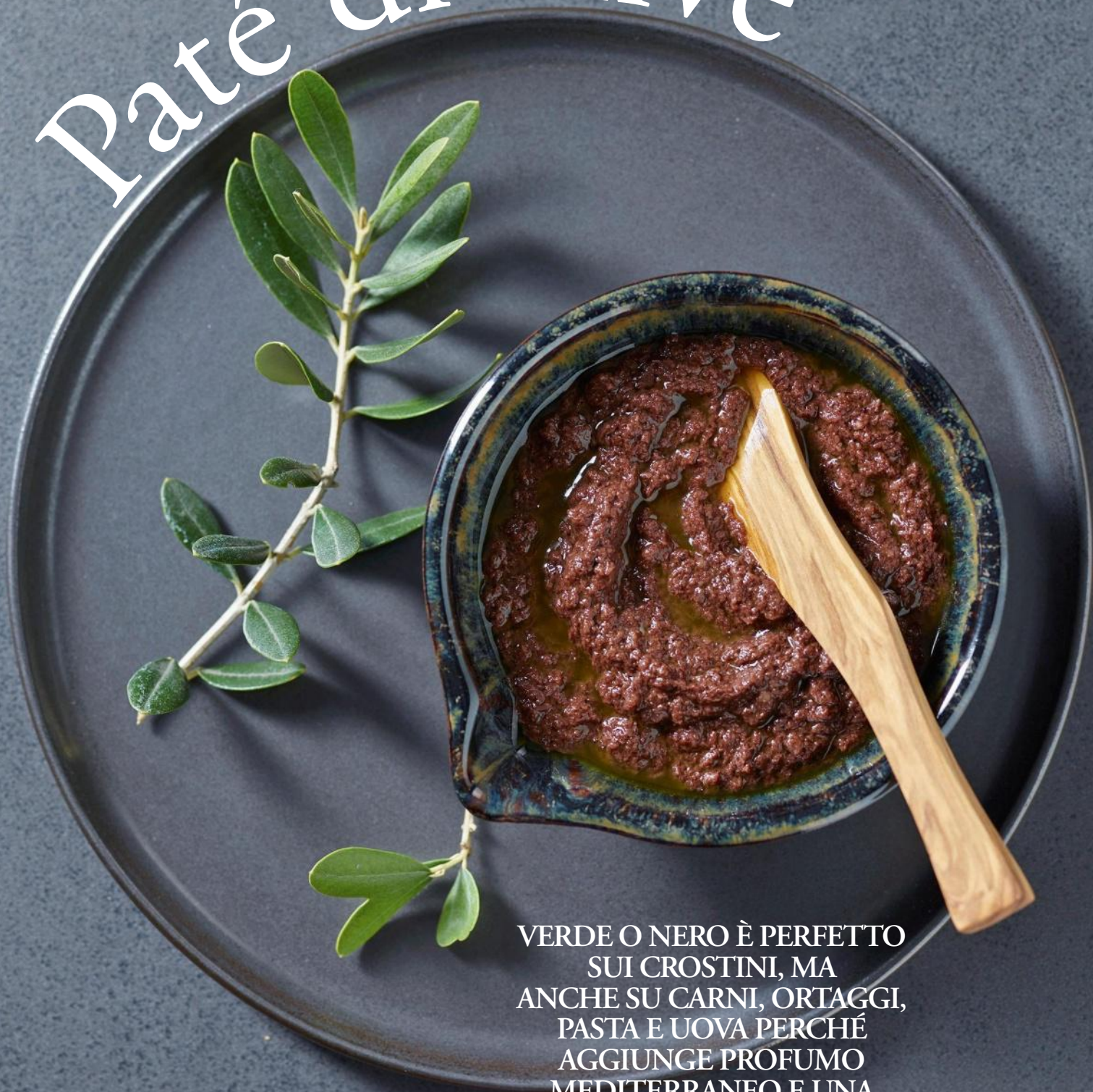
tavolette in legno Moi et Toi, piatti collezione "Teema" e sottobicchieri littala (design Issey Miyake), posate Sambonet, bicchieri Zara Home e laRinascente, numeri segnastop da 100Fa, salino "Bird" Funky Table, contenitore "Silo" con alzatina in legno Incipit (design Filippo Castellani), brocca bicolore Funky Table, caraffa trasparente Norman Copenhagen, brocca Zara Home, macina pepe Norman

Copenhagen, ceramica bianca "Maggy" Federica Bubani, brocca in vetro soffiato Ichendorf e scultura in legno "Bird" Norman Copenhagen.
Pagina 19
Foto troccoli: runner, tovaglette all'americana e tovaglioli Society Limonta, tavoletta in legno Moi et Toi, piatti collezione "Teema" e sottobicchieri littala (design Issey Miyake), bicchieri da laRinascente, numeri segnastop da 100Fa.

Foto cucina: tessuti Society Limonta.
Pagina 20
Foto filetto: piatto in gres Society Limonta Ceramics (design Beatrice Rossetti).
Foto rostini: piatto da portata con coperchio in legno Norman Copenhagen, ciotolina Zara Home, tessuti Society Limonta.
Pagina 21
Foto pannacotta: bicchieri da laRinascente, cucchiaio in acciaio e cucchiaio in legno Funky Table. Indirizzi a pagina 6

IL TOCCO IN PIÙ

Paté di olive



VERDE O NERO È PERFETTO
SUI CROSTINI, MA
ANCHE SU CARNI, ORTAGGI,
PASTA E UOVA PERCHÉ
AGGIUNGE PROFUMO
MEDITERRANEO E UNA
SCOSSA DI SALATO

di Daniela Falsitta, in cucina
Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro,
styling di Stefania Aledi

Al paté di olive su pane e crostini non si resiste: il suo gusto golosamente salato stimola l'appetito ed è difficile che ne avanzi. Peccato perché in cucina ci sono altri modi per godersi questa salsina gustosa quanto semplice, che a farla in casa si risparmia persino il tempo di cercarla nelle gastronomie. Bastano 100 g di olive da denocciolare e 25 g d'olio versati a filo mentre le frullate. Facile no? Perché ciò che conta è soprattutto la qualità degli ingredienti. Con la piccola taggiasca ligure, irrorata di olio buono, si ottiene secondo noi il migliore dei paté. Nessuno poi vieta di arricchire la ricetta con

uno spicchio d'aglio e del peperoncino, come fanno nel sud, oppure qualche filetto di acciuga e alcuni capperi alla maniera dei francesi che per complicare le cose lo chiamano tapenade. In cucina si diceva, il paté si presta a mille usi. È ottimo per condire pastasciutte calde e fredde a cui aggiungere poco altro: qualche pomodoro ciliegino a pezzetti, alcune foglie di basilico, una salsa a base di cipolle dolci, una spolverizzata di pecorino, cubetti di mozzarella. Ma è perfetto anche per dare un sapore intenso e più avvolgente alle ricette classiche con olive tra gli ingredienti, per esempio il coniglio alla ligure.

> segue a pag. 27

**Costolette di
agnello con paté di
olive nere e patatine
novelle** pag. 26



Piatto di Serax,
americana
La Fabbrica del Lino.
Nella pagina
a sinistra: coltello
in legno di ulivo
di Arteinolivo,
ciotola di Serax,
piatto di Broste
Copenaghen.
Indirizzi a pagina 6

Treccia di sfoglia
con paté di olive
verdi e zucca

COSTOLETTE D'AGNELLO CON PATÉ DI OLIVE NERE E PATATINE NOVELLE

PER 4 PERSONE

800 g di costolette d'agnello - 500 g di patatine novelle - 80 g di paté di olive nere - 3 piccole cipolle rosse - 100 g di formaggio buche de chèvre - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

- **1** Lavate le patatine, tagliatele a metà nel senso della lunghezza senza sbucciarle, trasferitele in una casseruola con acqua fredda e portate a ebollizione. Unite una presa di sale e cuocetele per 10 minuti. Scolatele e conditele con 3 cucchiaini d'olio. Fatele rosolare in una padella antiaderente per 5-6 minuti fino a quando iniziano a dorare.
- **2** Sbucciate le cipolle, tagliatele a spicchi e salatele bene. Insaporite le costolette con un pizzico di sale e una macinata di pepe, spalmatele con il paté di olive e disponetele in una teglia da forno con 4 cucchiaini d'olio. Unite le cipolle e le patate e cuocete in forno caldo a 180° per 20 minuti.
- **3** Cospargete l'agnello con il formaggio sbriciolato, alzate il forno

a 200° e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Spegnete e servite.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 40 minuti ● 1070 cal/porzione

TRECCIA DI SFOGLIA CON PATÉ DI OLIVE VERDI E ZUCCA

PER 4 PERSONE

una confezione di pasta sfoglia rettangolare da 230 g - 600 g di zucca Mantovana - 150 g di crescenza - 100 g di paté di olive verdi - un limone non trattato - uno spicchio d'aglio - 2 rametti di timo - olio extravergine d'oliva - pepe nero - sale

- **1** Mondate la zucca, eliminate i semi e tagliate la polpa a tocchetti. Sbucciate lo spicchio d'aglio, fatelo rosolare in una padella con 4 cucchiaini di olio, eliminatelo, unite la zucca, una presa di sale e 1/2 dl di acqua e proseguite la cottura a pentola coperta per 15 minuti. Quindi eliminate il timo, unite una macinata di pepe e lasciate raffreddare.

- **2** Stendete la pasta sfoglia su un foglio di carta da forno, spalmatevi il paté di olive creando un rettangolo che lasci libero un bordo di 8 cm sui lati lunghi e di 4 cm su quelli corti. Distribuite sul paté la scorza di limone grattugiata, la zucca e la crescenza a fiocchetti. Tagliate i bordi larghi 8 cm a frange oblique praticando i tagli ogni 2 cm e partendo dai 4 angoli del ripieno.
- **3** Richiudete sul ripieno i bordi di pasta lasciati liberi sui lati corti, eliminando le eccedenze troppo abbondanti. Quindi cominciate a piegare le strisce di pasta oblique verso il centro alternando destra e sinistra in modo da formare una treccia che coprirà completamente il ripieno. Trasferite la treccia su una teglia aiutandovi con la carta e cuocetela nella parte bassa del forno a 180° per 35 minuti. Lasciatela riposare 5 minuti prima di servire.

MEDIA

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 50 minuti ● 480 cal/porzione

UOVA IN COCOTTE CON CAVOLO NERO, PATÉ DI OLIVE NERE E CROSTINI

PER 4 PERSONE

4 uova - 300 g di cavolo nero - 100 g di paté di olive nere - 1 dl di panna fresca - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 100 g di pane toscano - 20 g di burro - sale - pepe nero

- **1** Mondate il cavolo nero eliminando la costola centrale delle foglie, lavatelo e lessatelo per 5-6 minuti in acqua salata. Scolatelo, lasciatelo raffreddare e tritatelo grossolanamente.
- **2** Imburrate 4 cocotte di terracotta, separate i tuorli dagli albumi e sbattete questi ultimi con la panna, una presa di sale, una macinata di pepe e il parmigiano. Spalmate la metà del paté di olive sul fondo delle cocotte, disponetevi sopra il cavolo e versate il composto di albumi.
- **3** Infornate a 180° per 15 minuti o fino a quando il composto sarà gonfio e dorato. Levate le cocotte dal forno, disponetevi sopra i tuorli, salateli e infornate per altri 2 minuti. Servite con il pane tagliato a bastoncini, tostato e spalmato con il paté rimasto.

FACILE

- Preparazione 10 minuti
- Cottura 25 minuti ● 420 cal/porzione

Piatto in legno di Muji, casseruola di Serax. A sinistra: tagliere in marmo di Bloomingville, piatto di Broste Copenhagen e runner La Fabbrica del Lino. Indirizzi a pagina 6



Uova in cocotte con cavolo nero, paté di olive nere e crostini

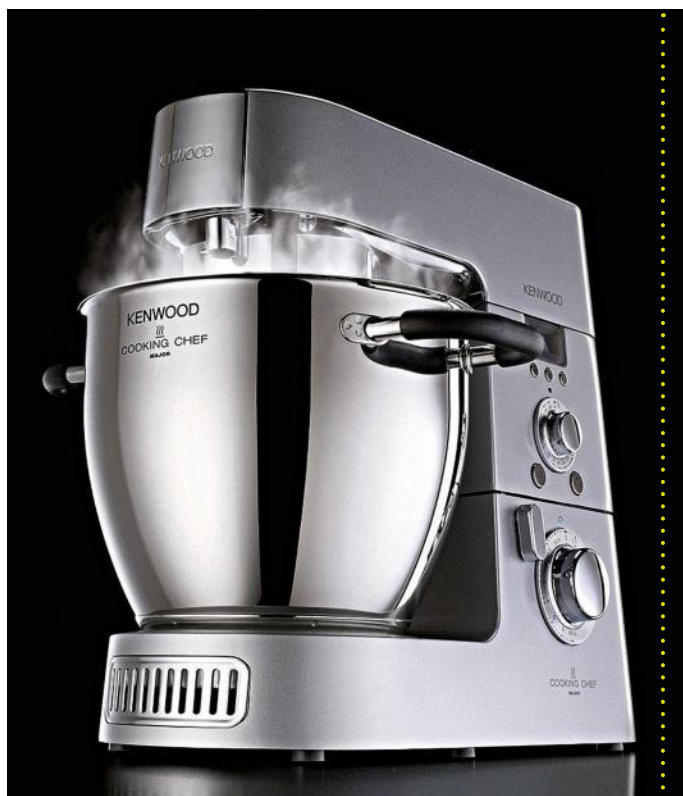
> segue da pag. 25

Con un cucchiaino di paté, inoltre, anche i secondi più veloci, semplici e leggeri diventano interessanti. Provatelo con le uova al tegamino, con il petto di pollo o la gallina bollita e ve ne accorgerete. Stesso discorso con le verdure cotte al vapore o saltate in padella senza olio: alla fine basta un po' di paté di oliva per non desiderare nessun altro condimento. Se preferirlo nero o verde è una questione di gusto, ma nell'accostamento con altri ingredienti bisogna tener conto che il suo sapore deciso potrebbe avere un effetto troppo coprente. Scegliete il paté verde se piatti e farce includono frutta secca, agrumi, uvette, quello nero per ricette con formaggi, prosciutto, salsiccia e altre carni che non temono niente.

SALE E PEPE PROMOTION

Cooking Chef Kenwood l'eccellenza degli Chef

IMPASTA, MESCOLA, FRULLA, GRATTUGIA...
E IN PIÙ CUOCE! BASTA IMPOSTARE TEMPERATURA
E VELOCITÀ E LUI LAVORA AL VOSTRO POSTO



L'ECCELLENZA IN CUCINA

Cooking Chef Kenwood è uno strumento innovativo, che vi fa risparmiare tempo e fatica, con risultati sorprendenti: uno chef che trita, monta, sminuzza, frulla, grattugia e che cuoce, anche al vapore, rosola e brasa, facendo tutto da solo.





HOME MADE SUPER CHEESEBURGER

per i panini: 200 g di farina 00 - 250 g di farina Manitoba - 30 g di burro morbido - 50 g di zucchero - 1 cucchiaino di sale - 25 g di lievito di birra fresco - semi di sesamo - 1 uovo
 per gli hamburger: 800 g di scamone di manzo - 1 limone - 4 patate - 1 pomodoro - 4 cipollotti - Worcester - senape, ketchup o maionese - 8 fettine di formaggio olandese o cheddar - 8 foglie di lattuga - 4 cetriolini agrodolci - olio di semi di arachidi - sale - pepe

- **1** Impastate per 10 minuti le farine nel recipiente di Cooking Chef Kenwood montato con il gancio impastatore con a 180 ml di acqua tiepida, in cui avrete sciolto il lievito, allo zucchero, al burro e al sale. Formate una palla, coprite e fate lievitare 2 ore. Sgonfiate l'impasto e dividetelo in 8 pezzi. Formate 8 palline e schiacciatele in dischi di circa 2,5 cm di spessore e 8 di diametro. Mettete i panini in una teglia unta di olio, coprite e fateli lievitare per 1 ora, finché saranno gonfi. Spennellateli con l'uovo sbattuto con 1 cucchiaino d'acqua e spolverizzate con semi di sesamo. Cuocete in forno a 190° circa 15 minuti.
- **2** Pulite i cipollotti, tritate la parte verde nel Food Processor di Cooking Chef. Riducete il resto a rondelle.
- **3** Tagliate il limone a metà e spremetelo con lo spremiagrumi di Cooking Chef Kenwood.
- **4** Tritate la carne nel tritacarne di Cooking Chef. Mescolatela con i cipollotti tritati, poca Worcester, poco succo di limone, sale e pepe. Create 8 hamburger, premendo la carne dentro un tagliapasta di 8-10 cm di diametro. Pulite le foglie di lattuga. Tagliate il pomodoro a rondelle, salatele e asciugatele su carta da cucina; conditele con un filo di olio, succo di limone e pepe.
- **5** Sbucciate le patate, tagliatele con l'accessorio per tagliare a cubetti di Cooking Chef Kenwood e lavateli.
- **6** Montate il gancio con spatola a spirale sul Cooking Chef Kenwood, riempitelo per metà di acqua e portate a bollire a 110° e velocità di mescolamento (1). Quando l'acqua bolle, salate e immergete i cubetti di patate. Dopo 2 minuti, scolate i cubetti e asciugateli. Saltateli in padella con un filo d'olio finché saranno croccanti. Tagliate i 4 panini in 3 parti, con 2 tagli orizzontali. Tostateli sulle parti tagliate. Salate gli hamburger, pepateli e cuoceteli 2-3 minuti per lato. Mettete 1 hamburger su ciascuna base dei panini, coprite con 1 fetta di formaggio e 1 foglia di lattuga. Sovrapponete le fette di pane, spalmatele con un velo di senape, maionese o ketchup e distribuite i cetriolini affettati e il pomodoro. Posizionate il secondo hamburger, un'altra fetta di formaggio, le foglie di lattuga rimaste e i cipollotti a rondelle. Chiudete gli hamburger con la parte superiore dei panini e servite con i cubetti di patate.

Kenwood è anche su:



Scopri altre ricette su kenwoodclub.it



Scarica la nuova APP **kenwood club**

CARCIOFI

**CUORE TENERO
IN UN'ARMATURA
GUERRIERA.
SI PRESENTANO
COSÌ QUESTI
GIOIELLI DELL'ORTO
PERFETTI IN MILLE
INTERPRETAZIONI
DIVERSE. DALLA
FRITTURA SFIZIOSA
ALLA SORPRENDENTE
TORTA SALATA**

A cura di Alessandro Gnocchi, testi di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusafferri, styling di Alessandro Pasijnelli Studio

Gioielli dell'orto che, grazie alle loro mille risorse, hanno attraversato i secoli frequentando le cucine di corte e quelle dei quartieri popolari: belli da vedere e squisiti da gustare, i carciofi sono davvero capaci di soddisfare le esigenze più diverse. Caterina de' Medici, che ne era ghiottissima e li amava cucinati con i rognoni di gallo, li fece conoscere ai francesi quando nel 1533 andò sposa del futuro re Enrico II. Risale sempre al XVI Secolo una delle ricette popolari più celebri, i carciofi alla giudia (vedi intervista a pagina 36), inventata e codificata nel ghetto ebraico di Roma.

> segue a pag. 33







CARCIOFI AL LIMONE

PER 4 PERSONE

4 mammole - 250 g di piselli -
1 cipolla - 1 spicchio di aglio -
5 limoni non trattati - 1 mazzetto di
aneto - 1 mazzetto di prezzemolo -
1 mazzetto di basilico - 1 mazzetto
di erba cipollina - 1/2 cucchiaino
di zucchero - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe

- **1** Private le mammole dei gambi e della parte terminale delle foglie; poi lavorate il fondo con un coltellino affilato in modo che si possano appoggiare comodamente. Quindi tagliatele a metà in verticale, eliminate il fieno e parte delle foglie interne e immergetele in acqua acidulata con il succo di 2 limoni.
- **2** Lavate le erbe, tritatele con la cipolla e salatele. Scolate le mammole e riempiatele con il trito aromatico (tenendo da parte quello in eccedenza); richiudetele accoppiando 2 metà alla volta, posizionate su ciascuna sommità 1 delle fettine ricavate da 1 limone poi fissate tutto con spago da cucina.
- **3** Trasferite le mammole in una casseruola che le contenga di misura, bagnatele con il succo di 2 limoni e acqua sufficienti a coprirle fino a 2-3 cm dalla sommità; unite i mezzi limoni spremuti e lasciate sobbollire per 20 minuti, quindi scolate le mammole e lasciatele riposare per 5 minuti.
- **4** Intanto, in una padella fate saltare per 3-4 minuti il trito aromatico rimasto con 3 cucchiaini d'olio, aggiungete i piselli, lo zucchero, l'aglio schiacciato e 4-5 cucchiaini di acqua di cottura dei carciofi, poi salate, pepate e lasciate cuocere ancora per 10 minuti. Togliete dal fuoco e servite le mammole divise a metà accompagnandole con i piselli.

FACILE

- Preparazione 35 minuti
- Cottura 35 minuti ● 160 cal/porzione



Piatto in vendita da Centrotavola,
tovagliolo Society,
piastrella Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 30

Ma questi ortaggi hanno tante altre vite, una diversa dall'altra. Ogni regione li cucina a modo suo e in molte varianti. A Firenze, ormai dimenticata la ricetta di Caterina de' Medici, si mangiano crudi, in pinzimonio o tagliati sottili con scaglette di grana, oppure si fanno fritti o "ritti" in tegame. Quelli "alla romana", altro piatto della Capitale, si preparano con una farcitura di aglio, mentuccia e prezzemolo e una cottura in acqua e olio. In Veneto si usano nei risotti e vanno a rafforzare le insalate di riso freddo. In Liguria sono essenziali per una torta

che somiglia alla pasqualina, ma si cucinano anche "all'inferno", in forno con prezzemolo, aglio, parmigiano e pangrattato.

Spinosi e inermi

Per descrivere questa elegante e originale prelibatezza dal cuore tenero e dall'armatura guerriera, chiediamo aiuto alla botanica. La pianta è caratterizzata da fusti sotterranei simili a radici dalle cui gemme nascono i germogli, detti "carducci", che si sviluppano su steli robusti alti anche più di un metro.

> segue a pag. 34

CARCIOFI FRITTI CON AIOLI AL PEPE VERDE

PER 4 PERSONE

4 carciofi - 50 g di amido di mais -
50 g di farina 00 - 1 cucchiaino
di miscela "5 spezie" - 1 limone -
olio di arachide per friggere - sale
per la salsa aioli: 1 testa d'aglio
- 2 tuorli - 1 cucchiaino di succo
di limone - 1 cucchiaino di aceto
di vino bianco - 1,5 dl d'olio d'oliva
o di semi di girasole deodorato
- sale - 3 grani di pepe verde

● **1** Preparate la salsa aioli. Avvolgete la testa d'aglio intera nella carta da forno e infornatela a 200° per 20 minuti, fino a quando diventa morbida e leggermente dorata. Poi sbucciate gli spicchi di aglio e trasferite la polpa (che avrà assunto la consistenza di una crema) nel bicchiere del frullatore a immersione; unite i tuorli, il succo di limone, l'aceto, il pepe verde macinato al momento, un pizzico di sale, quindi frullate aggiungendo l'olio, fino a ottenere una salsa molto cremosa.

● **2** Preparate il fritto. Pulite i carciofi, tagliateli a spicchi e trasferiteli in una ciotola con acqua e succo di limone in modo che non anneriscano. In una ciotola, mescolate l'amido di mais con la farina 00 e la miscela "5 spezie".

● **3** Scolate gli spicchi di carciofo, asciugateli accuratamente e passateli nel mix di farina, amido e spezie. Friggeteli nell'olio di arachide fino a quando sono dorati, poi scolateli su carta da cucina. Salateli e serviteli con la salsa aioli appena preparata.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 30 minuti ● 110 cal/porzione



Tovaglia Society, piatto Segno
Italiano, piastrella Asa Selection.
Nell'altra pagina, tovaglia Society,
piatto e tagliere Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6

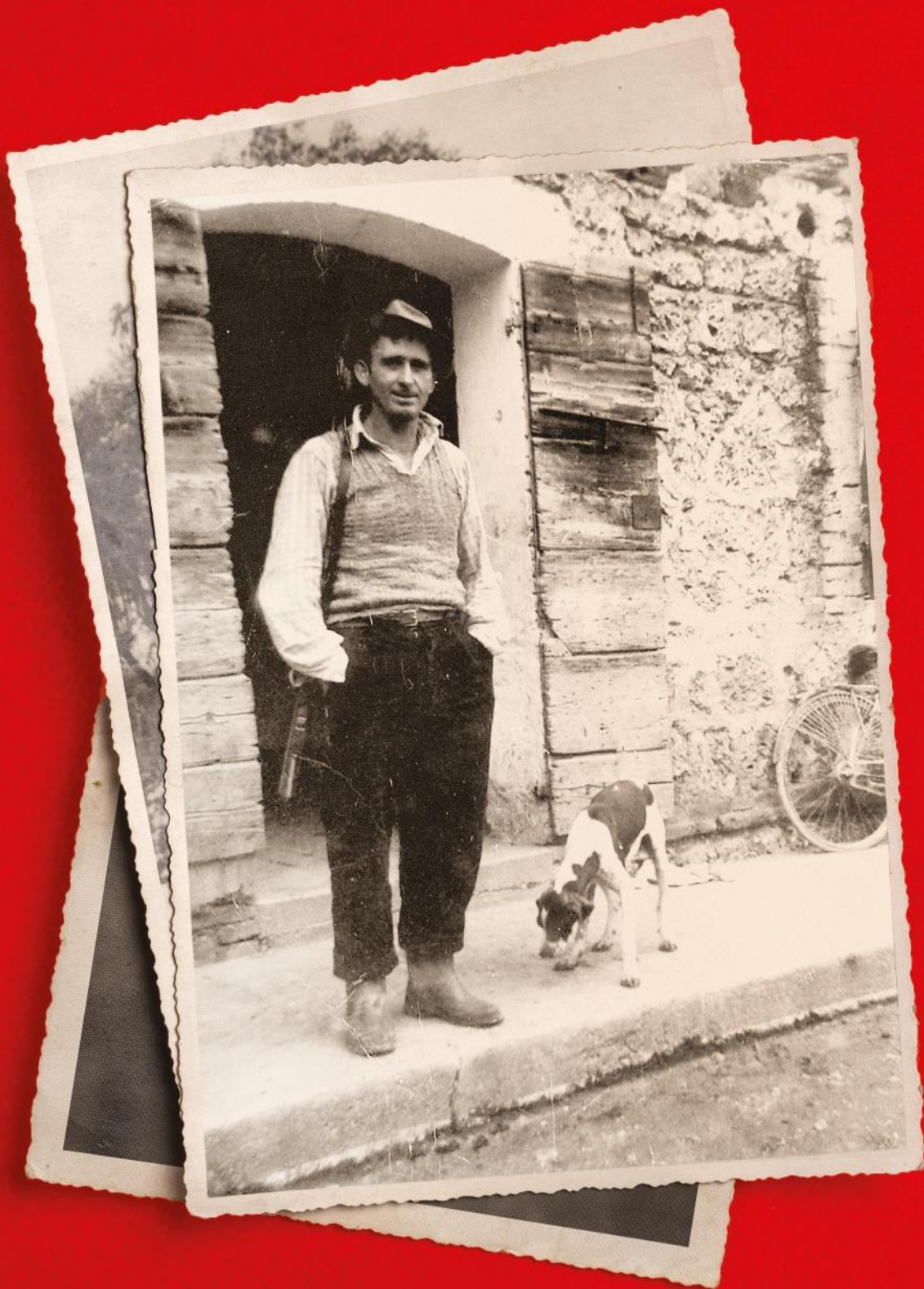
> segue da pag. 33

Sulla cima dei fusti si formano i "capolini", cioè le infiorescenze, che raccolti immaturi costituiscono la parte commestibile dell'ortaggio. All'interno si trova una lanugine che in termini scientifici si chiama "pappo", mentre nel linguaggio comune viene detta barba o fieno.

Le tipologie fondamentali sono due: i carciofi spinosi e quelli inermi, cioè privi di spine. Tra i primi, i più conosciuti sono lo Spinoso sardo, a forma leggermente conica, e lo Spinoso di Liguria, più pieno e ovale. Di rara eccellenza è la varietà di Sant'Erasmo, che prende il nome dall'isola della laguna veneta su cui viene coltivata; l'argilla e l'alta salinità del terreno ne rendono inimitabili il gusto e il colore viola cupo.

> segue a pag. 38





Mio Nonno, Nonno Nanni...

TAJINE CON POMODORINI, OLIVE E LIMONI

PER 4 PERSONE

8 carciofi - 2 cipolle - 1 cucchiaino di zenzero in polvere - 2 spicchi di aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo - 1 mazzetto di coriandolo - 20 mandorle spellate
- 250 g di pomodori ciliegini - 100 g di olive nere e verdi - 1 limone non trattato
- 1/2 bustina di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Mondate i carciofi lasciando una parte di gambo lunga 3-4 cm; poi eliminate il fieno e parte delle foglie interne e immergeteli in acqua acidulata con il succo di 1/2 limone. Tritate l'aglio con metà prezzemolo e le mandorle; salate il trito e farcite i carciofi scolati.
- **2** Sbucciate le cipolle, affettatele e soffriggetele in una tajine con 4 cucchiari d'olio, salatele, disponetevi sopra i carciofi, spolverizzate con lo zenzero e unite lo zafferano. Tagliate a metà i ciliegini, distribuiteli fra i carciofi con qualche rametto di prezzemolo e coriandolo e 2 strisce di scorza di limone. Affettate il 1/2 limone rimasto e distribuitelo sopra i carciofi. Salate, bagnate con 2 bicchieri di acqua e portate a ebollizione.
- **3** Coprite e cuocete per 50 minuti, rigirando un paio di volte i carciofi nel fondo di cottura. A metà cottura unite anche le olive. Distribuite la preparazione nei piatti singoli, decorate con le foglie di coriandolo e prezzemolo rimaste e servite, se vi piace, accompagnando con cuscus integrale.

FACILE

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 1 ora ● 435 cal/porzione



LA VECCHIA ROMA SERVITA IN TAVOLA

“Giggetto” è una delle tappe obbligate per chi voglia conoscere la cucina romanesca. Il ristorante oggi è gestito da Claudio Ceccarelli, nipote del fondatore e, tra i piatti forti, propone i carciofi alla giudia. **Che consigli può dare a chi li vuole fare in casa?**

I carciofi vanno prima salati e poi messi a friggere con molto olio: devono galleggiare. Dopo venti minuti si tolgono, e si aprono a forma di rosa. Si rimettono in padella nell'olio a fuoco fortissimo per un paio di minuti, e infine si fanno scolare su una teglia bucata. Poi si servono ben caldi.

Una delle fasi più delicate è quella della capatura, in cui si tolgono le foglie. Come si deve procedere?

Si spogliano i carciofi delle parti esterne più dure lasciando parte del gambo. Poi con un coltello appuntito e tagliente, si incidono strato per strato a spirale, partendo dalla base verso le cime, in maniera da eliminare tutta la parte coriacea. In questo modo, il carciofo si aprirà a forma di rosa senza problemi.

Quali sono le varietà che preferite per le vostre ricette?

Ci forniamo a seconda delle stagioni in diverse parti d'Italia. Le più adatte sono quelle senza spine, coltivate fra Alto Lazio e Toscana; le zone vicine al mare con i terreni argillosi sono le migliori.



Insieme a nonna Rina...

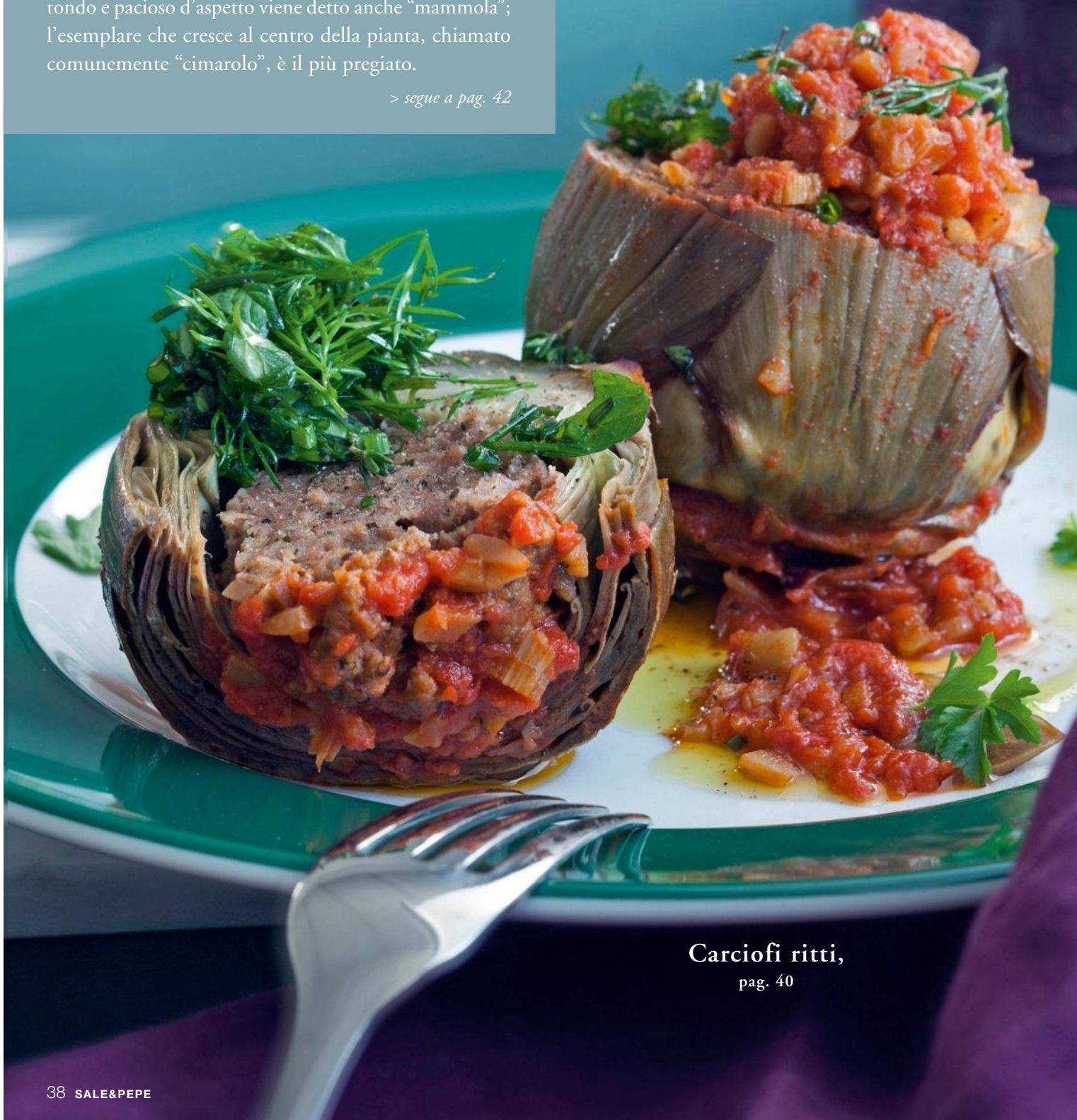
> segue da pag. 34

Nel caso dei carciofi di Sant'Erasmo, sono del tutto speciali le "castraure", i primi germogli apicali che vengono tagliati per consentire la crescita più rigogliosa della fioritura successiva. Sono una delizia rara che si trova solo sul posto per una decina di giorni a fine aprile; se siete a Venezia nel periodo giusto cercateli assolutamente.

Tra i carciofi senza spine, bisogna assolutamente ricordare il primaverile violetto di Toscana e della Val di Cornia e il carciofo romanesco. Quest'ultimo, grosso, tondo e pacioso d'aspetto viene detto anche "mammola"; l'esemplare che cresce al centro della pianta, chiamato comunemente "cimarolo", è il più pregiato.

> segue a pag. 42

Piatto in vendita da Centrotavola,
tovagliolo Society, posata Sambonet
Nell'altra pagina, piatto in vendita da
Centrotavola, tovagliolo Society
piastrella Fornace Brioni.
Indirizzi a pagina 6



Carciofi ritti,

pag. 40



Settant'anni fa aprì la prima latteria...

CARCIOFI RITTI

PER 4 PERSONE

8 carciofi - 400 g di pomodori pelati - 250 g di carne di manzo tritata - 150 g di pancetta affumicata - 100 g di mollica di pane raffermo - 4 cucchiaini di parmigiano reggiano grattugiato - 1 limone - 1 mazzetto di prezzemolo - 4 rametti di aneto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** In una ciotola, mettete la carne, il parmigiano, la mollica bagnata nell'acqua e strizzata, 3/4 delle foglie di prezzemolo lavate e tritate, un pizzico di sale e di pepe; poi mescolate bene in modo da ottenere un impasto uniforme.
- **2** Pulite i carciofi, conservando i gambi, e svuotateli al centro, eliminando il fieno e parte delle foglie. Poi, trasferiteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone in modo che non anneriscano.
- **3** In una casseruola, fate soffriggere in 2 cucchiaini di olio i gambi di carciofo puliti e tritati e la pancetta tritata, unite i pomodori pelati, sale, pepe e lasciate cuocere la salsa per circa 5 minuti.
- **4** Scolate i carciofi, riempiteli con farcia di carne, sistemati nella casseruola con il sugo facendoli appoggiare bene sul fondo e cuoceteli per 20 minuti circa a pentola coperta, bagnandoli di tanto in tanto con il sugo e aggiungendo poca acqua calda se necessario. Serviteli caldi con il sugo, l'aneto spezzettato e le foglie di prezzemolo rimaste.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 25 min ● 320 calorie



ALLA FIAMMINGA

PER 4 PERSONE

4 mammole grandi - 4 uova sode - 2 cipollotti - 1 costola di sedano - 2 scalogni - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 limone - 80 g di burro - sale - pepe nero in grani

- **1** Mondate le mammole dalle foglie più dure, tagliatele a metà in verticale, eliminate il fieno e scavate leggermente l'interno con un coltellino affilato; man mano che le pulite immergetele in acqua acidulata con il succo di 1/2 limone per non farle annerire.
- **2** Sbucciate i cipollotti e gli scalogni, eliminate i filamenti del sedano, lavate qualche rametto di prezzemolo, poi trasferite tutto in una pentola con abbondante acqua salata in ebollizione e aggiungete qualche grano di pepe. Lasciate bollire per 15 minuti, quindi immergete le mammole nel brodo e cuoceteli per circa 20 minuti, finché sono tenere.
- **3** Sgusciate le uova e tritatele grossolanamente. Sciogliete il burro in un padellino, unite 3/4 del prezzemolo rimasto lavato e tritato, le uova, bagnate con un mestolino del brodo di cottura delle mammole, salate, insaporite con il succo di limone rimasto e cuocete per 2 minuti. Disponete le mammole ben scolate nei piatti singoli, riempitele con la salsa, completate con qualche foglia di prezzemolo rimasto spezzettato e servite.

FACILE

- Preparazione 25 minuti ● Cottura 40 minuti ● 290 calorie



Poi la famiglia crebbe...

Nelle due foto,
tovaglia di Society,
piatto Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6



PASTIERA SALATA AI CARCIOFI

PER 8 PERSONE

per la pasta: 300 g di farina - 120 g di burro - 1 uovo - 2 tuorli - 30 g di zucchero - 1/2 cucchiaino di scorza di limone grattugiata - sale
per il ripieno: 400 g di grano cotto - 300 g di ricotta - 1 arancia non trattata - 6 mammole - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - 60 g di pecorino grattugiato - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - 1 limone - sale - pepe

- **1** Preparate la pasta. Lavorate nel mixer la farina con lo zucchero, 1 presa di sale e il burro, fino a ottenere un composto sabbioso; aggiungete l'uovo e il tuorli, la scorza di limone, impastate e fate riposare la frolla in frigo per 1 ora.
- **2** Preparate il ripieno. Mondate le mammole, tagliatele a metà, privatele dal fieno, sfregatele con il limone e mettetele in un'ampia padella. Aggiungete 3 cucchiaini d'olio, salate, ponete sul fuoco e fate insaporire per 5 minuti, sfumate con il vino bianco, coprite e fate stufare per 30 minuti.
- **3** In una ciotola, mescolate il grano con la ricotta, la scorza grattugiata e il succo dell'arancia, il prezzemolo lavato e tritato, il pecorino, sale e pepe.
- **4** Stendete 4/5 della pasta in una sfoglia del diametro di 22 cm e mettetela in una teglia di 20 cm rivestita con carta da forno. Distribuite sulla pasta 1/3 del composto di grano e ricotta e 10 mezze mammole, coprite con il ripieno rimasto e le mammole rimaste a spicchi. Ricavate dalla pasta rimasta 7-8 strisce, disponetele sulla pastiera e infornate a 180° per 1 ora. Servitela tiepida o fredda.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 1 ora e 40 min. ● 550 cal/porz.

> segue da pag. 38

Non solo antipasto e contorno

Giunto in Europa dal Medio Oriente grazie agli arabi, nel corso dei secoli questo ortaggio è diventato una presenza irrinunciabile non solo come antipasto e contorno. È un compagno perfetto per carne e pesce, ma, come si vede in queste pagine, diventa volentieri protagonista assoluto tanto nella frittura quanto nella cottura in umido. E come dimenticare le sorprendenti risorse di quelli conservati? Passate al frullatore qualche carciofino sott'olio con uovo sodo, olio e aceto balsamico: sulla carne fredda sarà tutt'altro che banale.





Vennero figli e nipoti...



ECCO LE VINCITRICI DEL CONCORSO DEDICATO ALLE RICETTE DEL CUORE

Si intitola Passioni in cucina e ha coinvolto centinaia di lettori. La redazione di Sale&Pepe e l'azienda Neff (che "arreda" la nostra scuola), ha indetto questo concorso goloso che invitava i partecipanti a inviare la loro ricetta del cuore, quella che cucinano con maggior soddisfazione e che amano più di tutte. In palio un soggiorno a Milano con corso alla nostra Scuola e la pubblicazione della ricetta, oppure un abbonamento per 2 anni alla rivista. La giuria di esperti, presieduta dal direttore di Sale&Pepe Laura Maragliano, ha appena proclamato le tre vincitrici: Sonia Tortora, Silvia Zocco ed Eloisa Mineccia. La prima classificata, Sonia (42enne di Alassio, impiegata, laureata in economia e commercio), ha proposto una strepitosa "Torta al riso soffiato marmorizzata con meringhe e minisacher ai lamponi" (foto), opera d'arte pasticceria che si comincia lavorando il riso soffiato con il latte per preparare la base e si termina con il montaggio: meringhe, lamponi e minisacher si fissano alla torta glassata di cioccolato bianco e nero con la crema di nocciole. La ricetta è pubblicata sul sito (<http://bit.ly/Torta-Sonia-Neff>).

PRIMI PIATTI DI MARE TUTTI DA ASSAGGIARE

La nostra chef Monica Sartoni Cesari propone un corso dedicato alla pasta condita con pesce e frutti di mare. Ricette eleganti spiegate passo per passo e cucinate insieme. Finti tagliolini di zucchine alle vongole e pomodorini confit; linguine in rosso con crostacei; tagliolini con ragù bianco di mare; ziti alla Norma di mare. Il 20 marzo dalle 18.30 alle 21.30.



ABC DELLA CUCINA LABORATORIO SULLE CARNI

Scegliere, tagliare, cucinare e conservare tutte le parti di bovino, suino, pollo, lepri, tacchini e selvaggina. È l'obiettivo di questo corso completo dedicato alle carni, per scoprire quali tagli sono più adatti alle diverse ricette e tecniche di cottura e portare in tavola brasati, lessi e grigliati da veri chef. Il laboratorio è diviso in moduli di 3 ore ciascuno. Manzo e vitello (tagliata, roastbeef, blanquette e arrosto); animali da cortile (pollo, faraona, tacchino, coniglio); maiale (arista, filetto, stinco, arrosto di coppa); selvaggina: fagiano, cinghiale, lepre. Il 18 e 19 marzo dalle 10.30 alle 13.30 e dalle 15.30 alle 18.30.

LA CUCINA LIGURE TRA STORIE E LEGGENDE

Per il ciclo di lezioni sulle ricette regionali questo mese studieremo la tradizione ligure con la chef Eva Golia. Si comincia con la vera focaccia di Recco al formaggio e i fiori di zucca ripieni con briciole di pane aromatizzato alla maggiorana per proseguire con i corzetti genovesi in salsa di noci e i totanetti ripieni con panatura speciale alle erbe fresche. Il 1 marzo dalle 18.30 alle 21.30.



SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE

Presso Ca'puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)

Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it



Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it
www.facebook.com/ScuolaCucinaSaleePepe - #TalentInCucina



Tutti insieme a lavorare.
Giorno dopo giorno, anno dopo anno...

DETTAGLI DI STILE

DECORI PER RENDERE PIÙ BELLA LA CASA

PRIMULE
VARIOPINTE FANNO
CAPOLINO DAL
CESPO DI INSALATA
PER UN UN DECORO
DIVERTENTE,
FRESCO E ANCHE
BUONO DA
MANGIARE

a cura di Silvia Bombelli,
realizzazione di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni

Radicchio fiorito



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

1 cespo di radicchio variegato di Castelfranco - 1 manciata di foglie di radicchio Verdon - 12 primule o altri fiori commestibili - 1 piatto svasato oppure fondo - 1 spruzzatore - carta assorbente da cucina

- **1** Lavate delicatamente il cespo di radicchio variegato senza spezzarlo, in modo che mantenga l'aspetto di un grande fiore. Sgocciolatelo tenendolo capovolto in un colapasta e tamponatelo bene con un canovaccio pulito. Lavate anche le foglie di radicchio Verdon e asciugatele perfettamente.
- **2** Appoggiate un paio di fogli di carta assorbente da cucina bagnati e strizzati sul fondo del piatto per usarli come base. Appoggiate il cespo al centro, eliminando eventuali foglie esterne rovinate o troppo grosse. Inserite tra le foglie del cespo un po' di radicchio verde, per creare un gradevole contrasto di tonalità. Fate lo stesso con le primule alternando i colori, proprio come in una fioritura spontanea.
- **3** Posizionate la composizione al centro della tavola leggermente spruzzata con acqua molto fredda per mantenerla fresca più a lungo. Se invece volete mangiarla evitate di spruzzarla e tagliatela a spicchi al momento di servire, usando solo fiori "eduli" coltivati senza pesticidi.





Abbiamo sempre fatto tutto in famiglia...

BUONE LETTURE

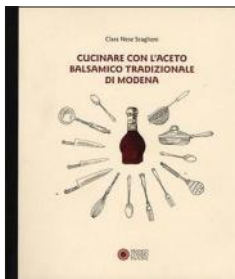
SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

CUCINARE CON L'ACETO BALSAMICO TRADIZIONALE DI MODENA

di Clara Nese Scaglioni, Franco Cosimo Panini, a 18 €

Anni di esperienza e di passione in cucina traspaiono dal primo libro di Clara Nese Scaglioni, chef ed ex-allieva di grandi come Gualtiero Marchesi e Gianfranco Vissani: tante squisite ricette dedicate all'oro nero di Modena, tra grandi classici e piatti contemporanei. L'autrice offre anche preziosi consigli e curiosità a tutti coloro che vorranno cucinare con uno speciale "tocco" tutto modenese.



E GLI CHEF SORRIDONO...

"Superfood", di Jamie Oliver, Tea Ediz., a 29 €

"Best of Heinz Beck", Giunti Editore, a 15 €

Per l'eclettico e simpatico chef inglese, "i cibi esistono per essere goduti, condivisi, celebrati". Paladino del mondo della salute, Jamie propone tante ricette complete, equilibrate e gustosissime. Da Heinz Beck, famoso chef del ristorante La Pergola dell'Hotel Hilton di Roma, una selezione accurata del suo "meglio", meravigliose ricette per tavole raffinate.



IL LIBRO DEL MESE

Da zuppe a stufati che scaldano cuore e stomaco, a risotti cremosi e ricchi, passando per curry profumati: i piatti di questo libro sono estremamente saporiti, oltre che facili da preparare. Da anni legato alla cucina d'antan nell'immaginario, il brodo, oltre che il toccasana ricco di virtù nutritive celebrato da nonne e bisnonne, è un vero passepartout per una cucina gustosa e leggera che ne sfrutta tutti i plus: tra questi la praticità, tanto cara ai giorni nostri, visto che ottimi brodi e fondi si possono preparare e surgelare, pronti all'uso. Le ricette dei 10 brodi di base e delle altre 50 pietanze sono tutte da provare!

BRODO

di Vicki Erdgson e Heather Thomas
Guido Tommasi Editore, a 25 €

RITUALI DEL SOL LEVANTE

"Il sushi tradizionale", Gribaudo Editore, a 14,90 € e "L'arte della tazza perfetta. Scienza e pratica del tè", Vallardi Editore, a 13 €

Il primo volume è per chi ama il sushi e vuole affinare tecnica, sensibilità gastronomica ed estetica: il maestro Shiro Hirazawa, patron del primo ristorante giapponese in Italia, insegna a preparare il riso e usare le alghe, le salse e i coltelli, in più di 50 ricette. Preparato nel modo giusto, il tè regala un piacere sublime. Nel secondo volume trovate tutti i segreti per la tazza perfetta, incluso come scegliere tra i tè di tutto il mondo, in base al vostro gusto o esigenza.



DOLCI OCCASIONI

Centaura Edizioni, a 10 €

Oltre 50 ricette di pasticceria firmate dalla vincitrice della scorsa edizione di Bake Off Italia, il talent show di successo sui prodotti da forno. Joyce Escano, l'autrice, ha selezionato i 50 dolci che ama e che più la rappresentano. Dai biscotti da colazione o brunch alle torte da credenza per la cena o per un picnic; dalla pasticceria salata da buffet e aperitivo fino ai dolci internazionali. Le golose ricette, riccamente illustrate step by step, sono provate da Joyce.



"Brodi, fondi e gelatine sono centrali energetiche alimentari contenenti i mattoni della salute... è rassicurante cucinare un cibo nutriente tanto per il corpo quanto per l'anima"

dall'introduzione del libro



E da settant'anni
portiamo bontà sulla vostra tavola.

Riso invecchiato

PREGIATO COME IL BUON VINO, ASSORBE MEGLIO I CONDIMENTI E RESTA SGRANATO
a cura di Daniela Falsitta, foto di Stefania Giorgi, ricette di Livia Sala, styling di Sara Farina

Risotto
alla lattuga con burrata
e crostini alle acciughe

pag. 57

A photograph of a white ceramic bowl filled with uncooked white rice. A copper spoon is resting inside the bowl. The bowl is placed on a grey, textured surface. Some rice grains are scattered on the surface around the bowl. To the left, a portion of a grey plate is visible.

Ciotola in ceramica craquelé distr. Livellara, posata in bronzo satinato Zara Home e tessuto in lino dipinto a mano Forme di Farina. A sinistra: piatto piano in grès grigio di L'Arte nel pozzo, ciotola in ceramica raku celeste Zara Home, posata e tessuto come sopra. Indirizzi a pagina 6

L'espressione potrebbe suonare ambigua, eppure lo chiamano proprio così: riso invecchiato. Perché come il vino, anche il chicco migliora con gli anni. "Lo sapevano in molti, fin dall'antichità, ma nessuno lo faceva prima di me", dice orgoglioso il coltivatore vercellese Piero Rondolino che già negli Anni '90 ha creato il primo Carnaroli invecchiato, battezzandolo riso Acquerello. A lui sono seguiti altri marchi piccoli e grandi, tra cui il Riso Gallo che dieci anni dopo, nel 2002, ha messo in produzione il pregiato Gran Riserva, venduto online e nei negozi Eataly. "Si tratta di un Carnaroli seminato a densità ridotta, raccolto e fatto maturare nei silos per un anno", spiega Marco Devasini, direttore marketing dell'azienda. "Oltre che invecchiato, è privo di imperfezioni perché i chicchi vengono selezionati e calibrati e solo uno su tre diventa Gran Riserva". Il risultato del processo di invecchiamento è che il riso tiene perfettamente

la cottura. "Ideale per gli chef", assicura Cristina Cavalchini titolare della tenuta novarese La Mondina: "il nostro Riso Buono non scuoce mai, i suoi chicchi restano sempre perfettamente sgranati". Il merito è dell'amido che, grazie alla lunga attesa, si è fissato nei chicchi e, invece di disperdersi nell'acqua, li lascia consistenti, ricchi di proteine e vitamine. Il sapore poi è ottimo anche al naturale, ma dà il meglio nei risotti, grazie alla maggiore capacità del chicco di assorbire i condimenti. Ben pochi si spingono oltre i 18 mesi di maturazione forse perché il riso, oltre questo tempo, acquisisce un gusto troppo forte, non adatto al nostro palato. Ne è convinta la Cavalchini, che mai andrebbe oltre i 12 mesi di maturazione, mentre Rondolino la pensa in modo opposto: "Con il tempo il riso scurisce ma le qualità migliorano". Tanto che l'Acquerello è anche disponibile invecchiato 7 anni e persino 9, ma solo per il mercato asiatico. D.F.

Risotto
alle melanzane
con animelle
croccanti e zenzero
pag. 57

Tessuti in lino dipinti a
mano Forme di
farina, ciotola in grès
smaltato nero di L'arte nel
pozzo, cucchiaino in
acciaio smaltato distr.
MVH. A destra: piatto e
ciotola in ceramica
craquelé distr. Livellara,
piattino in ceramica
Limoges L'arte nel pozzo,
tessuto dipinto a mano
Forme di farina.
Indirizzi a pagina 6

RISOTTO ALLE CIPOLLE CAMELLATE E ROSMARINO

PER 4 PERSONE

320 g di riso invecchiato - 4 cipolle medie - 1 rametto di rosmarino - 60 g di burro - 1/2 cucchiaino di zucchero di canna - 1 cucchiaino di aceto di mele - 1/2 bicchiere di vino bianco - 800 ml di brodo di carne - parmigiano reggiano - sale - pepe

- **1** Sbucciate le cipolle, lavatele, affettatele sottilmente e fatele appassire in una casseruola con 20 g di burro, un pizzico di sale e qualche ciuffetto di rosmarino; quando saranno già quasi trasparenti, cospargetele con lo zucchero e lasciate che caramellino un po' prima di sfumarle con l'aceto. Tenete da parte 2/3 delle cipolle, tritate la parte restante e lasciatele nella casseruola.
- **2** Sciogliete nello stesso tegame altri 20 g di burro e tostatevi il riso: quando sarà traslucido, sfumatelo con il vino e lasciate che evapori. Cuocete il risotto mescolandolo di sovente e bagnandolo con un mestolino di brodo bollente alla volta.
- **3** Al termine della cottura, togliete il risotto dal fuoco e incorporatevi i restanti 20 g di burro, condite con una macinata di pepe a piacere e poco parmigiano reggiano grattugiato: coprite il recipiente e lasciate mantecare per un minuto. Distribuite il risotto nei piatti con l'aiuto di un anello d'acciaio in modo da fare un cerchio perfetto: mettete in superficie le cipolle caramellate tenute da parte e completate con una manciatina di parmigiano reggiano grattugiato.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 40 minuti ● 445 cal/porzione



RISOTTO CON SCAMPI CRUDI AL PESTO PICCANTE DI CORIANDOLO

PER 4 PERSONE

320 g di riso invecchiato - 600 g di scampi adatti per l'uso a crudo - 1/2 carota
- 10 cm di costola di sedano - 1/2 spicchio d'aglio - 60 g di coriandolo fresco
- 1/2 lime - peperoncino fresco - olio extravergine d'oliva - olio di riso - sale

- **1** Sgusciate gli scampi e tenete la polpa da parte. Tostate i gusci e le teste in una casseruola con un filo di extravergine e l'aglio, poi unite la carota e il sedano a tocchetti, un pizzico di sale, coprite con 1 litro di acqua e lasciate sobbollire per mezz'ora a recipiente coperto. Filtrate il fumetto. Scaldate 2 cucchiiai d'olio di riso in una risottiera e tostatevi il riso, quindi cuocetelo a fiamma dolcissima, mescolandolo spesso e bagnandolo di tanto in tanto con un mestolino di fumetto bollente.
- **2** Preparate un pesto con le foglioline di coriandolo, un pezzetto di peperoncino, un pizzico di sale e tanto extravergine quanto basta a ottenere una consistenza non troppo fluida (potete utilizzare un frullatore a immersione o un mortaio).
- **3** Quando il risotto sarà cotto, toglietelo dal fuoco, unitevi altri 2 cucchiiai d'olio di riso e qualche goccia di succo di lime: mescolate, coprite e lasciate mantecare un minuto. Dividete il risotto nei piatti, distribuitevi sopra la tartare di scampi e un po' di pesto e decorate con qualche rondellina di peperoncino e fettine sottilissime di lime.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 50 min. ● 455 cal/porzione



Ciotola in ceramica craquelé
distr. Livellara, runner in lino
dipinto a mano Stamperia
Bertozzi. A sinistra: ciotola
in grès smaltato di L'arte nel
pozzo, vassoio in laminato e
bicchiere fumé laRinascete,
tovagliolo con cuciture a
vista Forme di farina.
Indirizzi a pagina 6



**Risotto mantecato
allo zafferano
e latte di cocco**

pag. 57

RISOTTO AL VERMOUTH, CAPESANTE E PISTACCHI, AL PROFUMO DI LIMONE E VANIGLIA

PER 4 PERSONE

320 g di riso Carnaroli Riserva - 1 scalogno - 1/2 limone - 30 ml di Vermouth
- 12 capesante - 1 mazzetto di dragoncello - 1 mazzetto di erba cipollina
- 30 g di granella di pistacchi - 800 ml di brodo vegetale - 60 g di burro
- 1/2 baccello di vaniglia - sale - pepe

- **1** Tritate finemente lo scalogno e fatelo appassire in un tegame con 20 g di burro e un pizzico di sale. Unite il riso e tostatelo qualche istante, poi bagnate con il Vermouth e lasciate che evapori un po'.
- **2** Completate la cottura del riso, unendo poco brodo bollente per volta e mescolando spesso. A parte sciogliete altri 20 g di burro in una padella e doratevi le capesante con qualche fogliolina di dragoncello uno o due minuti per lato.
- **3** Con la punta di un coltellino, prelevate dal baccello la vaniglia e stemperatela in poco brodo. Togliete il risotto dal fuoco e profumatelo con la vaniglia stemperata; unite anche gli ultimi 20 g di burro e qualche goccia di succo di limone, mescolate bene e lasciate mantecare un minuto a tegame coperto. Distribuite il risotto nei piatti e completate con le capesante, la granella di pistacchio appena scaldata in padella e un pizzico di erba cipollina tagliuzzata.

FACILE ● Preparazione 20 minuti

● Cottura 25 minuti ● 525 cal/porzione

Piatto ovale in ceramica
craquelé laRinascnte,
piatto in ceramica
bianca Stamperia
Bertozzi, tovagliolo in
lino azzurro Madame
Gioia Home, tessuto
color panna e verde
C&C Milano.
Indirizzi a pagina 6





RISOTTO ALLA LATTUGA, CON BURRATA E CROSTINI ALLE ACCIUGHE

PER 4 PERSONE

320 g di riso invecchiato - 2 cespi di lattuga - 150 g di burrata - 3 fette di pane in cassetta - 3 filetti di acciughe sott'olio - 1 scalogno - 800 ml di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sciacquate le foglie esterne verdi della lattuga, privatele della costola centrale e tuffatele per 4-5 secondi in acqua bollente salata (utilizzate i cuori dei cespi per altre preparazioni): scolatele immediatamente, raffreddatele prima sotto il getto del rubinetto e poi in acqua e ghiaccio perché conservino il loro colore brillante il più possibile.

● **2** Tritate lo scalogno e fatelo appassire con un filo d'olio in una casseruola; unite il riso e tostatelo qualche istante, poi proseguite la cottura del risotto, bagnando di tanto in tanto con un mestolino di brodo bollente e mescolando spesso.

● **3** Nel frattempo frullate le foglie di lattuga a lungo, aggiungendo se necessario poco brodo, fino a ottenere una crema liscia. Private le fette di pane della crosta e tagliatele a dadini minuscoli, quindi tostateli in una padella con pochissimo olio, unendo alla fine anche i filetti di acciuga e facendoli sciogliere. Pepate i crostini a piacere.

● **4** Un paio di minuti prima che la cottura del risotto sia a punto, aggiungete la crema di lattuga e fatela assorbire un po' dal risotto, quindi togliete dal fuoco, unite un filo di olio, mescolate bene e lasciate mantecare qualche istante. Distribuite il risotto nei piatti e completate con la burrata a fiocchetti ed i crostini alle acciughe.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti

● Cottura 25 minuti ● 595 cal/porzione



RISOTTO ALLE MELANZANE CON ANIMELLE CROCCANTI E ZENZERO

PER 4 PERSONE

320 g di riso invecchiato - 2 melanzane - 240 g di animelle di vitello - 2 uova - 100 g di pangrattato - 1 mazzetto di mentuccia (nepetella) - 1/2 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato - 80 g di burro - 800 ml di brodo vegetale - 1 spicchio d'aglio - olio per friggere - sale - pepe

● **1** Sbucciate le melanzane (tagliate a julienne qualche buccia per la decorazione) e riducete la polpa a cubetti: tuffateli in acqua salata in ebollizione e cuocete per 20 minuti.

● **2** Scolate e frullate a crema. Sciogliete 20 g di burro in una casseruola con lo spicchio d'aglio schiacciato: eliminatelo appena inizia a imbiandire, unite il riso e tostatelo qualche istante. Proseguite la cottura del risotto bagnandolo di tanto in tanto con un mestolino di brodo bollente e mescolando spesso.

● **3** Intanto tagliate le animelle a fettine: passatele nelle uova leggermente sbattute, poi nel pangrattato e doratele nel restante burro spumeggiante: raccoglietele con una paletta forata e asciugatele su carta da cucina, quindi salatele e profumatele con lo zenzero grattugiato e qualche fogliolina di mentuccia tritata.

● **4** Quando il riso sarà molto al dente, unite la crema di melanzane: fatela assorbire completando la cottura, poi togliete dal fuoco, pepate, coprite e lasciate mantecare qualche istante. Scaldate due dita d'olio in un pentolino e friggetevi la julienne di buccia di melanzane qualche istante, fino a renderla croccante. Distribuite il risotto nei piatti e completate con le animelle fritte a striscioline e la julienne frita.

MEDIA ● Preparazione 35 minuti

● Cottura 40 minuti ● 790 cal/porzione



RISOTTO MANTECATO ALLO ZAFFERANO E LATTE DI COCCO

PER 4 PERSONE

320 g di riso invecchiato - 1 cipolla - 20 g di burro - 2 bustine di zafferano - 200 ml di latte di cocco - 8 arrosticini di agnello - 650 ml di brodo di carne - rosmarino - sale - pepe

● **1** Sbucciate, lavate e tritate finemente la cipolla. Fatela appassire con il burro in un tegame adatto anche alla cottura in forno; unite il riso, fatelo un po' tostare, quindi versate il brodo bollente, chiudete il tegame con il suo coperchio e fate asciugare il riso nel forno a 180° per quindici minuti, senza più girare.

● **2** Nel frattempo cuocete gli arrosticini su una piastra ben calda, un minuto per lato, poi salateli e pepateli a piacere. Stemperate lo zafferano nel latte di cocco, togliete il riso dal forno e bagnatelo con il latte di cocco allo zafferano: mescolate bene e lasciate mantecare un minuto a tegame coperto.

● **3** Distribuite il risotto nei piatti, completate ogni porzione con due arrosticini e cospargete con un pizzico di rosmarino tritato finissimo.

FACILE ● Preparazione 15 minuti

● Cottura 25 minuti ● 820 cal/porzione



TASTE

• 11-13 March 2017 •

Stazione Leopolda Firenze

Organizzato da



In collaborazione con



Special grant from



Con il patrocinio di



Sponsor tecnico



A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER

Calici per risotti

MANTECATURA, CONDIMENTO E AMIDO
INDICANO LA SCELTA DEL NETTARE
PIÙ ADATTO: BOTTIGLIE SUBLIMI PER TUTTI
I CHICCHI, NELLE PIÙ GOLOSE VARIANTI

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto

IN ONORE DELLA MANTECATURA

Il risotto, badate bene non il riso, è uno degli elementi gastronomici più appassionanti per chi vuole imparare ad accostare il vino. Uno degli snodi fondamentali è la mantecatura, la ricerca di quella percezione tattile che chiamiamo "cremolato" e che dona un senso di conforto quasi irraggiungibile da altri cibi. Per questo motivo, sbagliare a scegliere il vino diventa una "tragedia", perché sarebbe un peccato mortale costringere il commensale a

consumare acqua al posto di un nettare speciale. Sebbene condivida con la pasta e altri carboidrati la regola di accostare un vino simile, ma un po' meno intenso, a quello che useremo se il sugo fosse da solo, il risotto si mostra più complesso da trattare e i motivi non sono pochi. Innanzitutto il modo di rilasciare l'amido durante la cottura invita all'uso di vini che sappiano assecondare una diffusa sensazione morbida, conservando nel contempo un polso fermo.

BIANCHI E ROSSI DA NORD A SUD

Alcune specialità padane come l'Arneis, la Bonarda, la Freisa e il Gattinone sono meravigliose sulle ricette classiche settentrionali, dove sono associate proteine a grassi animali. Se ci sono di mezzo i crostacei, serviamo bianchi friulani generosi e profumati, come la Malvasia del Carso e il Sauvignon del Collio.

Autorevolezza, ma con giudizio, è quella del Trebbiano coltivato a cavallo fra Umbria, Toscana e Lazio, nelle colline della Maremma e dell'orvietano dove è conosciuto anche come Procanico; la sua specialità sono i risotti vegetariani mantecati con olio extravergine, in particolare se ci sono erbe amaricanti che contrastano la sensazione vellutata del piatto.

Quando si fa un risotto esplorando ingredienti esotici, possiamo scomodare la flemma matura e seducente dei vini del sud, come il Catarratto dell'agro di Alcamo, adatto su piatti delicati, e il ragusano Cerasuolo di Vittoria, più incline ad affrontare ricette piccanti e caratterizzate da intensi contrasti di sapori.



PINOT GRIGIO

Paroschos, San Floriano del Collio (GO), 0481 884154, 29 €

La vinificazione sulle bucce, riconoscibile dal colore ramato, gli dona quel pizzico di tannino che ha la giusta azione sgrassante; resta intatto il potere suadente del vino, prezioso sulla freschezza pungente del risotto con lo scampo e sulla voluttuosa densità di quello al Vermouth (pag. 54 e pag. 56).

BIANCO SERMENT

Poggio Concezione, Pitigliano (GR), 0564 616953, 24 €

Ottenuto con il Procanico, questo bianco è prodotto a Pitigliano, area tra le più nobili d'Italia per la produzione di bianchi asciutti e dinamici; il Serment si prende cura del risotto alle cipolle caramellate, sia perché ne accoglie la centripeta perfezione, sia perché lascia spazio alla fragranza del rosmarino (pag 53).

ARNEIS

Az. Agr. Malvirà, Canale (CN), 0173 978145, 9,50 €

Si dice che scegliendo l'Arneis non si sbaglia quasi mai; ciò è dovuto alla peculiare duttilità di questo bianco prodotto nei pressi di Alba, nella zona dei Roeri: soave sulla dolcezza della lattuga, accende un confronto sapido e brillante con i crostini alle acciughe (pag 57).

CERASUOLO DI VITTORIA

Az. Vinicola Biscaris, Acate (RG), 0932 990762, 14 € Il Frappato, varietà presente solo qui, aiuta il Nero d'Avola a restituire per intero l'impronta del territorio di Vittoria; la versione dell'azienda Biscaris esibisce il suo vigore gustativo sulla combinazione latte di cocco e agnello; inoltre non teme la radicale intensità delle animelle (pag. 57).



Stoccolma

**NELLE ISOLE DELLA
CAPITALE SVEDESE,
PER INCONTRARE UN
MIX DI NATURA,
COSCIENZA ECOLOGICA,
ARTE E CULTURA
GRATUITE NONCHÉ
UNA CUCINA A KM ZERO**

**a cura di Daniela Falsitta, testo
di Ernesto Fagiani, foto
di Emanuela De Santis.
Si ringrazia lo chef Fredrik
Eriksson del ristorante Långbro
Värdshus per le ricette
e la realizzazione dei piatti**

Rispetto per l'ambiente: è questa la parola d'ordine della capitale svedese. E anche i visitatori di passaggio hanno l'obbligo di impararla il prima possibile. A Stoccolma, infatti, si paga il ticket per entrare con l'auto, dappertutto si trovano biciclette in affitto, per le bottiglie di plastica è obbligatorio il vuoto a rendere e la raccolta differenziata si fa persino nelle camere d'albergo. Il quartiere più virtuoso di tutti è Hammarby Sjöstad, dove le case hanno pannelli solari alle facciate, giardini sul tetto, una centrale sotterranea per i rifiuti differenziati e un sistema di produzione di biogas dalle acque reflue. Ma anche in pieno centro, ai turisti in cerca di visite guidate, si offrono eco-tours in kayak con partenza dal lago Mälaren, per ammirare la mole del Palazzo Reale e le linee gotiche della Cattedrale luterana pagaiando sulle acque cristalline dello Stockholms skärgård, l'arcipelago su cui sorge la capitale svedese.

> segue a pag. 63



A sinistra, Nybrogatan, un'importante strada di Stoccolma. Sotto, una serra del Rosendals Garden, un parco agricolo in pieno centro, al cui interno si trova anche un ottimo panificio. In basso, la zona di Medborgarplatsen, sull'isola di Södermalm.



TOAST SKAGEN

PER 4 PERSONE

1 kg di gamberetti - 100 g di maionese - 4 fette di pancarrè - alcune foglie di insalata tenera - 1 mazzetto di aneto - rafano - burro - olio di semi o di oliva delicato - sale - pepe nero

● **1** Lessate i gamberetti per circa due minuti e sgusciateli conservando le eventuali uova. Tritate grossolanamente le cime più tenere dell'aneto, riservando i rametti più belli per la guarnizione finale. In una ciotola mescolate delicatamente i gamberetti, l'aneto, e uno o due cucchiaini di rafano grattugiato all'ultimo momento, aggiustate di sale e pepate.

● **2** Ricavate quattro dischi di pane, utilizzando un cerchio di metallo o un bicchiere. Scaldare il burro in una padella e soffriggete il pane fino a dorarlo (circa 1/2 minuto per lato).

● **3** Sistemate il pane sui piatti, distribuitevi la maionese, quindi i gamberetti e, se le avete, anche le uova, che in parte cadranno sul piatto. Guarnite con i rametti di aneto messi da parte e servite con foglie di insalata, cospargendo il piatto con altro rafano grattugiato e pepe nero. Completate con un filo d'olio.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 5 minuti ● 480 cal/porzione





ARINGHE FRITTE IN SALAMOIA

PER 4 PERSONE

600 g di aringhe pulite, deliscate e tagliate in due "a libro"

- 100 g di farina di segale - 1 tazza di aneto e prezzemolo tritati

- 1 scalogno - rametti di aneto ed erba cipollina - burro

per la salamoia: 100 ml di aceto (al 12%) - 200 g di zucchero semolato - 2 foglie di alloro - 5/6 bacche di pimento

- 1 cipolla rossa - 1 carota - 1/4 di finocchio - sale - pepe

- **1** Preparate la salamoia facendo bollire l'aceto, lo zucchero, l'alloro e le bacche in 300 ml d'acqua per 1 o 2 minuti. Lasciate intiepidire. Mondate e tagliate a fettine la cipolla e la carota, il finocchio a pezzetti e unite il tutto alla salamoia; salate e pepate.
- **2** Passate nella farina di segale il lato con la pelle. Distribuite l'aneto e il prezzemolo tritati sulla polpa di una mezza aringa e fatela combaciare con l'altra metà, in modo tale da ricomporre un pesce intero.
- **3** Mettete 2-4 cucchiaini di burro in una padella ampia e cuocete il pesce 3 minuti per lato, a fuoco medio. Sistemate le aringhe su un piatto, cospargetele con la salamoia preparata e guarnite con anelli sottili di scalogno e i rametti di aneto ed erba cipollina. Irrorate con del burro fuso e, se vi piace, accompagnate con purè di patate.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 10 minuti ● 450 cal/porzione



La sede dell'Accademia Svedese che assegna il premio Nobel e, in alto, una scultura del compositore Evert Taube. Sotto, la riva del parco pubblico di Råambshovs.





> segue da pag. 60

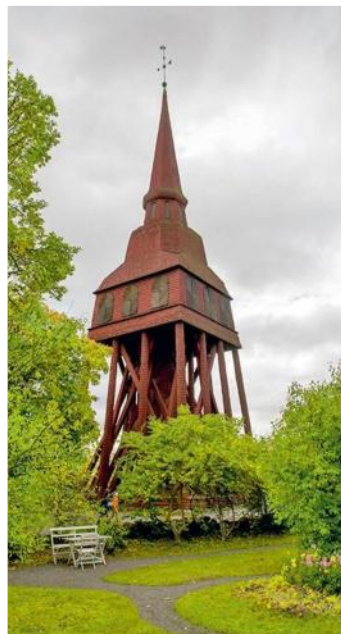
Inoltre nel cuore di Stoccolma si trova l'Ecopark, il primo parco nazionale urbano al mondo, una gigantesca area naturale in simbiosi con la città dove convivono paludi e boschi, isole e pascoli, aziende biodinamiche, casette di legno alla Pippi Calzelunghe, caffetterie-chalet con veranda e gazebo sull'acqua per cenare a lume di candela, canali sfarfallanti di vele lungo i quali si inseguono ciclisti, joggers, fantini a cavallo. Perché fare attività all'aperto è una delle grandi passioni degli svedesi. L'altra è quella per il design contemporaneo, che si respira in ogni via, in ogni locale, in ogni negozio della città. Le vetrine eleganti di Östermalm esibiscono le ultime tendenze dell'arredo e dei complementi per la casa, mentre i giovani creativi di SoFo, il quartiere bohémien, inventano mode e stili mescolando la novità

al riciclo, con rielaborazioni molto fantasiose. Persino la Tunnelbana, la metropolitana di Stoccolma, col suo nome da saga vichinga, si snoda in una collana di stazioni firmate da architetti e designer. Il décor di fermate come Centralen, Hötorget, Kungsträdgården, Solna, è un motivo in più per scivolare nelle viscere della T-Bana e riemergere davanti alla penisola di Reimersholme, ai margini di Gamla Stan, il dedalo di strade e piazzette scoscese del centro antico. Anche i centri commerciali come la Sturegallerian o la food-hall Teatern, sono artefici del nuovo stile scandinavo, in questo caso gastronomico. La norma del "chilometro zero", cioè quella di preferire i prodotti locali, anche non biologici, all'organic food fuori stagione e fuori territorio, ispira i banchi del mercato così come i ristoranti di Stoccolma.

> segue a pag. 65



A sinistra:
la food hall del
Teatern, uno
spazio ispirato
a un teatro che
riunisce tanti
piccoli ristoranti.
A destra: un
campanile del
'700 nel museo
all'aperto
di Skansen
e il Teatro
Nazionale. In
alto, le case di
Stortorget, la
piazza più antica
della città.



COMPAGNIA ITALIANA
ALIBIO
GOURMET

Soddisfiamo
anche i palati
più esigenti.



Una nuova linea di pietanze e piatti vegetali di alta qualità, prodotta in Italia.

Le ricette esclusive della Linea **Gourmet** sono frutto di anni di ricerca e di esperienza: piatti perfetti per chi segue una dieta vegana e per tutti coloro che scelgono di variare la propria alimentazione, anche in modo sostenibile. Scegliamo il biologico come garanzia di filiera.

www.natura-nuova.com

segui su 

Alibio è un marchio



TORTINI DI MANDORLE E MELE

PER 6 PERSONE

200 g di burro ammorbidito -
200 g di zucchero - 200 g di farina
di mandorle - 2 uova - 2 tuorli
- 2 mele rosse a polpa dura
- 1 cucchiaino di cannella - 200 ml
di panna - i semi di 1/2 stecca
di vaniglia - zucchero a velo

- **1** Montate il burro con lo zucchero, aggiungete la farina di mandorle e poi le uova, uno alla volta. Trasferite l'impasto in 6 stampi da 8 cm di diametro. Sbucciate le mele e tagliatele a fettine, passatele nella cannella e premetele sulla pasta. Infornate a 175° per circa 20 minuti.
- **2** Preparate la crema: sbattete i tuorli con 2 cucchiaini di zucchero a velo e i semi della vaniglia. Montate la panna e unitela al mix delicatamente.
- **3** Quando i tortini saranno freddi, spolverizzateli con lo zucchero a velo e, se vi piace, con mandorle tostate e tritate grossolanamente. Servite con la crema a parte.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 30 minuti ● 640 cal/porzione



Sopra, il Giardino Reale, divenuto parco pubblico per decisione di re Gustav III a fine Settecento: abbellito da magnifiche sculture, oggi è uno dei principali ritrovi cittadini, dove assistere a concerti e mostre gratuite. A lato, un caffè dell'Haymarket Hotel.



> segue da pag. 63

L'orgoglio della nuova cucina nordica

A dettare le regole è la "New Nordic Cuisine", il movimento grazie al quale gli chef locali hanno riscoperto le caratteristiche della cucina nazionale, contrassegnata da sapori di mare e di bosco e dal contrasto di gusto tra dolce e aspro. Mirtilli rossi, bacche, rabarbaro, verdure crude, radici e funghi aggiungono profumo, sapore e colore alle ricette più elaborate. I semplici piatti della tradizione, come la gubbröra (un mix di acciughe e uova) o il toast Skagen di gamberetti diventano spesso stilizzati esercizi di stile ma la cucina svedese non ha dimenticato lo smörgåsbord, caratteristico buffet freddo accompagnato da distillati, acquaviti e bäska droppar (vodka all'assenzio).

> segue a pag. 66

TACCUINO DI VIAGGIO

LÅNGBRO VÄRDSHUS

Stora mans väg 4
tel. 08 6460050
È il ristorante di Fredrik Eriksson dove gustare merluzzo in salsa di burro, aneto e uovo, arrosto in vinaigrette, involtini di gamberi, aringhe con arance e pepe nero o con mele e rafano.

PELIKAN

Blekingegatan 40
tel. 08.55609090
Ristorante per chi ama i piatti forti della tradizione come lo stinco con puré di rape.

HOTEL HAYMARKET

www.scandichotels.com
Ha 5 ristoranti l'albergo ricavato negli ex-grandi magazzini dove lavorò Greta Garbo prima di diventare star.

TEATERN

Götgatan 132
Nel Ringen shopping center alcuni chef hanno aperto i loro banchi per spuntini veloci e street-food di qualità.

ÖSTERMALMS KORVSPECIALIST

Nybrogatan 57
Un minuscolo chiosco su strada serve i migliori wurstel, hot-dog e salsicce di Stoccolma, in infinite varianti di gusto e sapore.

STOCKHOLMS MATMARKNAD

Sturegallerian, Stureplan 2
Mercato chic con botteghe gourmet tra cui Bakery Brillo, dove Håkan Johansson, uno dei migliori formai del mondo, prepara il suo knäckebröd.

PARADiset

Brännkyrkagatan 62
Pane, verdure, dolci, vini, gelati e cosmetici bio.

BRUKA DESIGN

Regeringsgatan 44
Stoviglie di stile nordico, dall'estetica essenziale.

VETE-KATTEN

Kungsgatan 55
Sandwiches, dolci e tè tra merlettini e mobili d'epoca.



Lo chef Fredrik Eriksson del ristorante Långbro Vårdshus. In alto, lo storico laboratorio artigianale di caramelle Pärlands; tra le sue specialità, bon bon di vaniglia, menta, cardamomo o liquerizia.

A destra, una sala del Moderna Museet, dedicato all'arte moderna e contemporanea. Sotto, il Museo di architettura, ricco di postazioni interattive. In basso, una veduta di Gamla Stan.



> segue da pag. 65

Non vi devono mancare le aringhe, il biff Rydberg, uno spezzatino di manzo con cipolla fresca, le polpette di carne con mirtilli rossi, le frittelle di patate, il rotmos (purè) di rutabaga e naturalmente il knäckebröd, pane croccante da imburrare e guarnire con il formaggio Västerbottensost che per gli svedesi è un po' come il parmigiano. Legatissimo alla tradizione anche uno degli chef più popolari di Stoccolma, Fredrik Eriksson, il supervisore delle cene di gala del premio Nobel. Nel suo romantico ristorante in puro stile nordico che, tra oggetti d'epoca e lini grezzi, ricorda la casa di campagna del Posto delle fragole, alle ricette d'alta scuola affianca il tipico dagens lunch, il menu di mezzogiorno riservato a chi vuol gustare un pranzo veloce ma di qualità e a prezzi contenuti: un omaggio goloso alla memoria e alle tradizioni di Svezia.





SECOND CHEF

SEMPLICEMENTE CUCINARE

**Consegna
Gratuita**



Ricette Esclusive a casa tua
aggiornate ogni settimana

Ingredienti Selezionati
freschi e già porzionati

Consegna a Domicilio
di tutti gli ingredienti

Il piacere di Cucinare
semplicemente a casa tua



SCARICA L'APP
UFFICIALE
SECONDCHIEF!

secondchef.it

Arrosto di maiale
alle olive

pag. 74

La riscoperta della spalla

SAPIDA E SUCCULENTA, DI AGNELLO, BOVINO
O SUINO, È UN TAGLIO DA CUOCERE PIANO
CON SCALOGNI, OLIVE, MANDORLE E LATTE DI COCCO

a cura di Silvia Bombelli, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Studio Salaris

SPEZZATINO DI AGNELLO SPEZIATO COME NELLA TAJINE

PER 4 PERSONE

700 g di spalla di agnello disossata a tocchetti - 1 mazzetto aromatico (rosmarino, alloro, prezzemolo, timo) - 1 spicchio di aglio - 1 cucchiaino di semi di cumino - 1 cucchiaino di semi di coriandolo - 1/2 cucchiaino di cannella in polvere - 1/2 limone - 1 cucchiaino di zucchero di canna grezzo - 12 pomodori datterini - 80 g di mandorle sgusciate - 1 mazzetto di coriandolo - 300 g di cuscus precotto - 200 ml di brodo di pollo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

- **1** Pestate i semi di cumino e di coriandolo con qualche grano di pepe. Unite la cannella e cospargete la carne preparata con la miscela di spezie. Scaldate un filo di olio in un tegame e rosolatevi lo spicchio di aglio schiacciato a fiamma dolce. Eliminate l'aglio quando inizia a prendere colore e rosolate la carne cospargendola con lo zucchero di canna. Unite il mazzetto aromatico e i pomodori tagliati a metà.
- **2** Dopo qualche minuto sfumate con il succo del limone e unite un po' della sua scorza grattugiata. Bagnate con un paio di mestoli di brodo, coprite e cuocete a fiamma bassa per un'ora, rigirando la carne di tanto in tanto e aggiungendo altro brodo, se necessario.
- **3** Nel frattempo ammolate le mandorle per mezz'ora in una tazza d'acqua, sgocciolatele e tagliatele a filetti. Fatele tostare per un paio di minuti in una padellina antiaderente. Portate a bollore tanta acqua poco salata quanto è il volume del cuscus. In una larga casseruola condite il cuscus con un paio di cucchiaini di olio, mescolatelo e bagnatelo con l'acqua bollente. Coprite con il coperchio, lasciate riposare per qualche minuto e sgranate il cuscus con una forchetta. Eliminate il mazzetto aromatico dalla carne, unite le foglie di coriandolo spezzettate e servite con il cuscus.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ●
Cottura 1 h e 10 minuti ● 660 cal/porz.





A lungo relegata alle preparazioni tritate, come farciture e ragù, o alla realizzazione di salumi (la “spalla” di maiale è il caso più eclatante) è un taglio saporito ed economico, che ora torna alla ribalta. “La spalla - spiega Bruno Rebuffi, macellaio-patron di Pregiate carni piemontesi di Milano - è ricavata dalle zampe anteriori dell’animale, che sopportano più carico di quelle posteriori. Sono più muscolose e richiedono lunghe cotture, perciò la spalla è stata un po’ dimenticata. Ma le cose stanno rapidamente cambiando e i clienti rivalutano questo taglio meno pregiato, che dà però risultati eccellenti. Ed è tutto da scoprire. Per esempio, nella spalla ci sono pezzi prelibati come il cosiddetto filetto degli ebrei o falso filetto: morbidissimo e meno caro di quello classico”. Basta conoscerlo e saperlo tagliare. E qui l’abilità del macellaio fa la differenza. Anche nel suggerire l’uso di ogni taglio. “La spalla di agnello - continua Rebuffi - vuole due ore di cottura: tutto il connettivo si scioglie e la carne diventa molto più soffice della coscetta” (che cuoce prima, ma costa di più). La spalla di agnello è più aromatica, quella di maiale più grassa e saporita e tutte le parti di quella di bovino (come cappello, fusello, fusone e brione) equilibrate e sontuose. Non mancano poi ricette tradizionali a base di delicata spalla equina o bufalina. Lessa, in umido, brasata o cucinata con tecnica mista (prima rosolata nel grasso e poi cotta nel liquido) la spalla regala secondi succulenti, perfetti per inviti conviviali. Gourmet e chef eco-sensibili, poi, scelgono la spalla per rinobilitare la filiera dell’allevamento e sottrarre i tagli di “seconda categoria” all’industria dei semilavorati. Ma la vogliono soprattutto perché è buona e molto slow.

S.B.

Sopra: tovagliolo Society
Limonta. Nella pagina a
fianco: piatto Virginia Casa,
bicchiere Hübsch, posate
Tradizioni Associate.
Indirizzi a pagina 6

Spalla di maiale alla birra
con acciughe e rucola
pag.74



Spalla di agnello
confit al limone

pag. 74

Sopra piatti Serax,
coltello Tradizioni
Associate. A fianco:
piatto e ciotola Virginia
Casa, tovagliolo Libeco.
Indirizzi a pagina 6

BOLLITO SPEZIATO DI SPALLA DI MANZO

PER 4 PERSONE

800 g di spalla di manzo
- 2 l di brodo di pollo
- 1 mazzetto aromatico
(1 rametto di alloro,
3-4 di timo, 4-5 ciuffi
di prezzemolo) - 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 2 bacche di anice stellato
- 1 pezzetto di stecca
di cannella - 4 patate
a pasta bianca
- 200 ml di latte di cocco
- 30 g di burro - sale (
meglio se in fiocchi) - pepe

● **1** Portate a bollore il brodo e unitevi il mazzetto aromatico, quindi immergetevi la carne e lasciate sobbollire a fiamma dolcissima per un'ora. Aggiungete anche la cannella e l'anice stellato, la carota e il sedano tagliati a pezzetti. Cuocete per un'altra ora a recipiente coperto.

● **2** Nel frattempo lessate le patate con la buccia. Pelatele e schiacciatele ancora calde con l'apposito attrezzo, raccogliendo la purea in un pentolino.

● **3** Aggiungete alla purea il burro, il latte di cocco caldo, un pizzico di sale e una generosa macinata di pepe lavorando con una frusta in modo da amalgamare gli ingredienti e rendere più soffice la preparazione. Servite il bollito a fette sottili accompagnato con la purea preparata e cosparso con poco sale.

FACILE ● Preparazione 30 minuti

● Cottura 2 ore ● 705 cal/porz.





ARROSTO DI MAIALE ALLE OLIVE

PER 4 PERSONE

1 kg di spalla di maiale -
4 scalogni - 200 g di olive
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 2 rametti di rosmarino -
1 rametto di timo - 1 spicchio
di aglio - olio extravergine d'oliva
- sale - pepe

- **1** Profumate la carne con una macinata di pepe e rosolatela in una casseruola con un filo di olio rigirandola su tutti i lati. Salate, aggiungete il vino e deglassate il fondo di cottura mescolando con un cucchiaino di legno. Coprite la carne con un foglio di alluminio, trasferitela nel forno preriscaldato a 190° e cuocete per 40 minuti circa.
- **2** Sbucciate gli scalogni e cuoceteli in acqua bollente salata per circa 20 di minuti, tenendo da parte l'acqua di cottura. Aggiungeteli alla carne con le olive e un rametto di rosmarino.
- **3** Bagnate la carne, se occorre, con poca acqua bollente degli scalogni e cuocete per altri 30 minuti. Tritate finemente l'aglio con qualche ago di rosmarino e le foglioline di timo. Distribuite il trito nel fondo di cottura, mescolate, lasciate insaporire per qualche minuto e servite.

FACILE ● Preparazione 30 minuti

- Cottura 1 ora e 20 minuti
- 670 cal/porz.



SPALLA DI MAIALE ALLA BIRRA, CON ACCIUGHE E RUCOLA

PER 4 PERSONE

800 g di spalla di maiale
disossata - 80 g di farina
- 2 cipolle bianche - 200 ml
di birra chiara - 300 ml di
brodo di pollo - 4 fette di pane
in cassetta - 30 g di pasta di
acciughe - 30 g di rucola - 30 g
di burro - sale - pepe

- **1** Sbucciate le cipolle e affettatele. Fatele appassire in un tegame antiaderente con metà burro e un pizzico di sale. Quando saranno quasi trasparenti, prelevatele dal tegame.
- **2** Tagliate la carne a cubetti, infarinateli e fateli rosolare nello stesso tegame con il burro restante. Bagnate con la birra e fatela sfumare. Unite le cipolle tenute da parte, coprite e cuocete a fiamma dolce per circa 40 minuti, aggiungendo man mano un po' di brodo bollente in modo che la preparazione non asciughi troppo.
- **3** Eliminate la crosta dalle fette di pane e spalmatele con la pasta di acciughe. Spezzettatele e unitele alla carne. Bagnate con il resto del brodo e cuocete per altri 20 minuti, finché il pane si sarà ammorbidito e disfatto completamente. Pepate a piacere e, se serve, regolate di sale. All'ultimo momento completate la preparazione con le foglie di rucola lavate e spezzettate grossolanamente.

FACILE ● Preparazione 30 minuti

- Cottura 1 ora e 20 minuti
- 775 cal/porz.



SPALLA DI AGNELLO CONFIT AL LIMONE

PER 4 PERSONE

1 kg di spalla di agnello -
1 spicchio di aglio - 1 mazzetto
di santoreggia - 1 bicchiere
di vino bianco - 2 limoni non
trattati con le foglie - 1,5 l di olio
extravergine d'oliva - sale - pepe
in polvere e in grani

- **1** Schiacciate l'aglio con un pizzico di pepe e 3/4 grani di pepe pestati. Strofinare la carne con il composto aromatico, quindi unite metà della santoreggia e bagnate con un filo di olio ed il vino. Coprite con la pellicola e lasciate riposare per almeno una notte in frigorifero.
- **2** Sgocciolate la carne dalla marinata e trasferitela in una casseruola da forno. Unite l'olio, mettetela sul fuoco e scaldate la carne fino a quando l'olio inizia a sfrigolare rosolandola su tutti i lati.
- **3** Trasferite nel forno preriscaldato a 100° e cuocetela per 2 ore, rigirandola di tanto in tanto. A mezz'ora dal termine della cottura unite la scorza di 1 limone e l'altro limone tagliato a pezzetti, 2-3 foglie di limone e la santoreggia restante. Sgocciolate la carne dall'olio e lasciatela sgocciolare su una gratella. Salate, pepate a piacere e servite.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti + il

- riposo ● Cottura 2 ore
- 800 cal/porz.



SCOPRI IL TUO TALENTO IN CUCINA CON LA SCUOLA DI SALE&PEPE

Da *ca' puccino* in Piazza Diaz 5,
a Milano, a pochi passi dal Duomo.

GUARDA
il nuovo calendario
dei corsi di cucina e
ISCRIVITI ON LINE

Una location
speciale, dove
cucini tu!



Aperta 7 giorni su 7
Postazioni di lavoro attive
Sede tecnologica
e dal design contemporaneo
Cucina altamente attrezzata

Tanti
nuovi corsi
e attività



Lezioni private o di gruppo
Percorsi enogastronomici
Eventi aziendali
Feste private e di compleanno
Degustazione finale dei piatti
preparati, abbinati ai vini
biologici Cù Cù.

Per info e prenotazioni www.scuoladicucina.it
oppure chiama il numero 02.75423300
Seguici anche su #TalentInCucina

IN COLLABORAZIONE CON

ca' puccino



Arclinea

SPONSOR UFFICIALI



Zaini

PHILIPS



Saeco



SPONSOR TECNICI



GRUPPO MONDADORI



Facile come fare la cheesecake!

FRESCA E GOLOSA,
LA CHEESECAKE HA
TANTISSIME VARIANTI.
MA SOLO CON
PHILADELPHIA
IL SUO GUSTO SARÀ
VERAMENTE UNICO.



È dal 1971 che gli Italiani conoscono il gusto inconfondibile di Philadelphia. La sua cremosità e la sua freschezza ne fanno non solo il formaggio ideale da spalmare sul pane o sui crackers, ma da utilizzare in tante ricette come, ad esempio, nella cheesecake qui proposta. Philadelphia, con la sua morbidezza, conferisce alla crema della cheesecake una struttura soffice e una consistenza fine che regalano un'intensa piacevolezza al palato sia nelle preparazioni a freddo che in quelle a caldo, sia nelle creme dolci che in quelle salate. Inoltre, con Philadelphia preparare la cheesecake è estremamente semplice: **1,2, 3 Cheesecake!** Tre semplici passaggi che consentono di realizzare la cheesecake perfetta. **1.** Si parte dalla BASE friabile di frollini; **2.** Si prepara poi la CREMA con Philadelphia e gli altri ingredienti; **3.** Si termina con la DECORAZIONE per renderla irresistibile e davvero unica! 2 vaschette da 250 g di Philadelphia sono la dose ideale per realizzare una cheesecake per 8/10 persone. Ed oggi anche chi non tollera il lattosio può preparare la sua cheesecake con il nuovo Philadelphia senza Lattosio.

CHEESECAKE AI FRUTTI DI BOSCO CON BACCELLI DI VANIGLIA

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

- 500 g di Philadelphia • 180 g di frollini • 100 g di burro • 200 ml di panna fresca da montare • 120 g di zucchero a velo • 10 g di colla di pesce • 1 limone (facoltativo)
- 1 baccello di vaniglia • 200 g di lamponi • 1 cucchiaio di zucchero a velo • 200 g di frutti di bosco misti



1



PREPARAZIONE

BASE: frullate i frollini, aggiungendo il burro fuso e amalgamate bene. Stendete il composto ottenuto sulla base di una tortiera a cerchio apribile imburrata e foderata con carta da forno. Pressate bene aiutandovi con il dorso di un cucchiaio e fate riposare in frigo per 30 minuti.

2



CREMA: mescolate con una frusta il Philadelphia con 50 g di zucchero a velo e i semi del baccello di vaniglia fino ad ottenere un composto morbido e liscio. Montate la panna insieme ai restanti 70 g di zucchero a velo e unitela delicatamente alla crema di Philadelphia. Mettete a bagno la colla di pesce in abbondante acqua fredda per almeno 10 minuti. Scaldate 4 cucchiaini di panna e scioglietevi dentro la colla di pesce scolata. Mescolate finché la preparazione sarà completamente fredda. Unite la colla di pesce alla crema di Philadelphia; versate il tutto sulla base di frollini, livellate con un cucchiaio e mettete la cheesecake in frigorifero per almeno 4 ore.

3



DECORAZIONE: scaldate e fate appassire i lamponi in un pentolino a fuoco basso assieme allo zucchero, aggiungete il succo di mezzo limone e passateli al setaccio ottenendo una salsa densa che conserverete in frigorifero. Quando il dolce sarà ben compatto estraetelo dallo stampo e ponetelo su un piatto da portata, guarnendolo con la salsa di lamponi e i frutti di bosco.

I BRAND MONDADORI E LE DONNE: GRANDI PASSIONI, GRANDI NUMERI.



AUDIWEB
11.985.000*

UTENTI UNICI / MESE

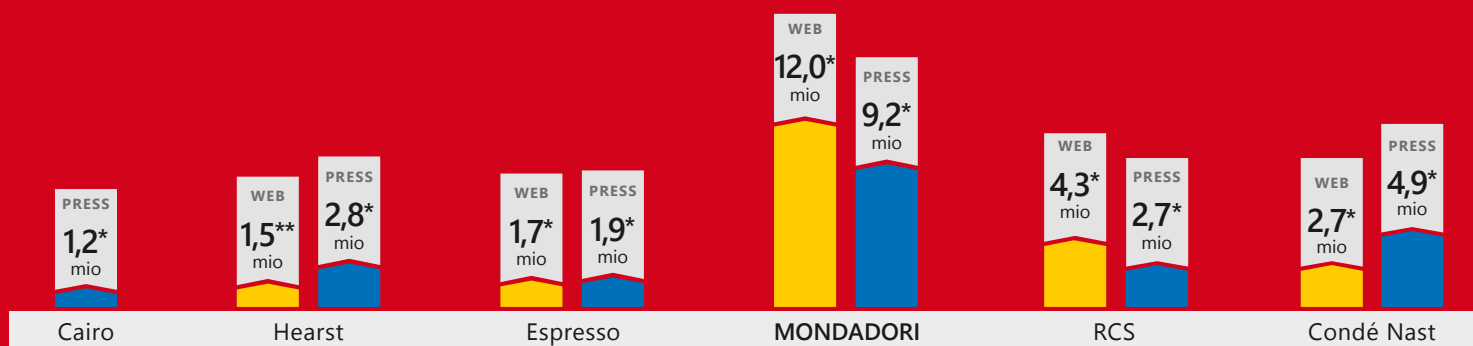


AUDIPRESS
9.240.000*

LETTORI / MESE

TOTAL AUDIENCE
21.225.000*

CONTATTI / MESE



La leadership del Gruppo Mondadori nell'universo femminile si esprime inequivocabilmente sia sulla stampa sia sul web. Brand come Donna Moderna, Grazia, Tustyle, Confidenze Tra Amiche, CasaFacile, Starbene, Sale&Pepe, Cucina Moderna, Cucina No Problem, Giallo Zafferano, Pianeta Donna, Pianeta Mamma, Nostro Figlio, My Personal Trainer, Farmaco e Cura testimoniano l'importanza di un'offerta straordinaria che sa cogliere, come nessun altro, gli interessi e le passioni di un grandissimo e sempre crescente numero di donne italiane. Un contatto privilegiato, come solo un leader può offrire.

*Total Audience contatti lordi: Audiweb TDA (Settembre 2016) + Audipress 2016/II.

*Fonti: dati Audiweb TDA (Settembre 2016), dati Audipress 2016/II.

**Fonti: dati Audiweb TDA (Dicembre 2015)

Microonde hi-tech

**VIA LIBERA A MENU
GOURMET IN METÀ TEMPO,
CON COTTURE TURBO,
AL VAPORE, CON GRILL.
E CON I GIUSTI ATTREZZI PER
FARE PANE, FORMAGGIO...**

di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni,
foto di Marco Azzoni

Erano gli Anni 50 quando il primo forno a microonde fece la sua comparsa nelle cucine di Mansfield, nell'Ohio. Oggi, dopo oltre mezzo secolo, i nuovi microonde adottano tecnologie avveniristiche che semplificano la vita tra i fornelli, tanto da aver conquistato un ruolo di primo piano nelle cucine italiane. È sempre più facile cuocere vere leccornie grazie alle funzioni memorizzate: basta digitare sul display a led la preparazione desiderata.

Dotati di ventole che irradiano calore in ogni angolo e di potenti grill, questi microonde assicurano una croccantezza perfetta. In più guadagnano un'area di cottura più ampia del 45% grazie al design flatbed che rivoluziona la parte interna, sostituendo il piatto rotante con ripiani a rete o smaltati, da abbinare per cotture ventilate su due livelli.

> segue a pag. 80

● **1** Semplice e facile da usare, il forno a microonde 4You è dotato di Menu Favourites che memorizza le cotture più utilizzate; funzione vapore, grill al quarzo e jet defrost per scongelare. Proposto nei colori bianco o silver (Whirlpool, da 23 l, cm 28,7x47,4x40,2, a partire da 149 €). ● **2** La cavità interna rettangolare (cm 41x32x 25h) regala tanto spazio in più e consente la cottura ventilata su due livelli; completo di grill con riscaldamento al quarzo,

cottura Turbo, 8 programmi impostati con sensori (Panasonic NNCF873, da 32 l, 699,99 €). ● **3** Cotture veloci - si risparmia fino al 50% di tempo rispetto ai forni tradizionali - grazie alla tecnologia HotBlast che, attraverso una ventola, distribuisce il calore dall'alto in basso e lo irradia in ogni angolo. Cottura più rapida anche con il grill e croccantezza perfetta con Crusty Plate (Smart Oven di Samsung, da 35 l, 599 €).
Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 79

Il successo del microonde è giustificato anche dalla cottura dietetica dei cibi: uso di pochi grassi, tempi di cottura brevi che preservano i principi nutritivi e nuovi recipienti sempre più evoluti. Bypassati quelli in vetro, sempre ottimi peraltro, ecco apparire sulla scena quelli di nuova generazione in silicone, gres e plastiche speciali. Ecco il contenitore in silicone platinico dove si pesa, impasta e si cuoce il pane direttamente in forno. Anche il formaggio fresco, aromatizzato a piacere, oggi si prepara in casa e

si pastorizza nel microonde. E per un menu completo, pronto in pochi minuti, ecco il set impilabile: pentola da 2 litri per la cottura di pasta o riso; cestino per la cottura al vapore di verdure, pesce o carne; piastra per rosolare e coperchio che funge anche da piatto. Novità assoluta la pentola a pressione che combina due tecnologie per pasti genuini e veloci (riduce di 1/3 i tempi di cottura). Non ci sono più ostacoli per una cena gourmet e senza stress. Tutti al microonde!

- **1** Pentola a pressione per microonde per cotture senza grassi, veloci e senza bisogno di mescolare (Tupperware, 150€).
 - **2** Contenitore in silicone per preparare il pane in casa; sotto, stampo piatto in silicone per cuocere i grissini in soli 5 minuti (Lékué: Panera, 32,80 € e stampo per grissini 15,20 €).
 - **3** Set di 4 pezzi impilabili per menu completi: pentola da 2 litri; cestino per cotture al vapore; piastra per cotture crisp e coperchio multifunzione (M-cucina di Joseph Joseph, 48 €).
 - **4** Design minimalista per la ciotola in ceramica smaltata, da utilizzare nel microonde e portare direttamente in tavola (Serax, 33,50 €).
 - **5** Con il kit Cheese Maker il formaggio si fa in casa; pastorizzato nel microonde, si aromatizza a piacere (Lékué, 28,60 €).
 - **6** Cocotte in Kergres® anche per microonde (Wald, 5,55 € l'una).
 - **7** In vetro borosilicato il pentolino utile per diverse preparazioni (Cargo, 25 €).
 - **8** Per cotture sane e senza grassi, la cocotte in silicone (Tescoma, 29,90 €).
- Indirizzi a pagina 6



SALE&PEPE COLLECTION

AVVOLTI DA UN INSOLITO ABBINAMENTO DI GUSTI

*Ripieni saporiti, dolci e salati, in fagottini di verdure, carne, pesce,
pasta fillo o pan di Spagna*

Involtini e Rotoli idee per ogni occasione



*Oltre al prezzo di Sale&Pepe € 3,50



EDIZIONE DA COLLEZIONARE

RILEGATURA CARTONATA

RICETTE SPECIALI

IMMAGINI SPETTACOLARI

*Si preparano con cura, si presentano
con eleganza, si gustano con il
piacere di scoprire cosa nascondono
all'interno. Tronchetti morbidi
farciti di creme, saltimbocca classici,*



*saporiti rotoli di indivia e formaggio,
squisiti involtini di orata e paprica,
croccanti bocconcini avvolti nella
pancetta: fantasia e buon gusto si
incontrano con semplicità.*

sale&pepe

Polpetti alla luciana

UN GRANDE CLASSICO DELLA
CUCINA NAPOLETANA, ELOGIATO
ANCHE DAL GRANDE EDUARDO

di Paola Mancuso, in cucina Antonella Pavanello,
foto di Michele Tabozzi, scelta del vino Sandro Sangiorgi

Luciana non è l'ipotetica creatrice, come si potrebbe pensare, di questo tradizionale piatto della cucina partenopea. Il nome si riferisce al borgo marinaro di Santa Lucia, nei pressi di Castel dell'Ovo, e ai suoi abitanti – i luciani, appunto – per lo più pescatori che catturavano i “purpetielle” all'interno di anfore. Veraci e saporiti, venivano gustati in modo semplicissimo: lasciati cuocere lentamente, senza aggiungere acqua (perché il polpo deve cuocere “nell'acqua sua”, come insegna il proverbio), poi accompagnati da freselle intinte nel loro brodetto.

> segue a pag. 84





1



2



3



4

LA PREPARAZIONE

PER 4 PERSONE

**1,2 kg di polpetti veraci - 800 g di pomodorini maturi - 3 cucchiaini di olive nere di Gaeta
- 1 cucchiaino colmo di capperi di Pantelleria - 2 spicchi d'aglio - 1 ciuffo di prezzemolo - 1/2 peperoncino fresco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe - 8 fette di pane casereccio per accompagnare**

● **1** Pulite i polpetti, eliminando le interiora contenute nella sacca, gli occhi e il becco alla base dei tentacoli. Lavateli bene sotto l'acqua corrente. ● **2** Pulite e tritate metà del prezzemolo con 1 spicchio d'aglio sbucciato. ● **3** Farcite le teste dei polpetti con qualche oliva intera snocciolata, metà dei capperi dissalati e una presa del trito preparato. Chiudetele con uno stecchino. ● **4** Disponete i polpetti a testa in giù in un tegame di coccio. Cospargeteli con un filo d'olio, il peperoncino spezzettato e una macinata di pepe. ● **5** Stendete sul tegame un telo umido (o un foglio di carta da forno bagnato e strizzato), in modo che non tocchi gli ingredienti, e fermatelo con un coperchio. Cuocete a fiamma bassa per 30 minuti circa, scuotendo il tegame di tanto in tanto. ● **6** Nel frattempo, lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Scaldate poco olio in un tegame a parte e fatevi dorare l'aglio rimasto. Unite i pomodorini, salateli leggermente e fateli saltare per qualche minuto, schiacciandoli leggermente con un cucchiaio. ● **7** Aggiungete i pomodorini e il loro sughetto ai polpetti. Unite anche le olive e i capperi rimasti, coprite e cuocete ancora per 20 minuti circa. ● **8** Al termine, regolate di sale, pepate a piacere e profumate con il prezzemolo rimasto. Lasciate riposare per una decina di minuti prima di servire, accompagnando, a piacere, con le fette di pane fatte abbrustolire sulla piastra.



5



6



7



8



LA PAROLA ALL'ESPERTA

Risponde alle nostre curiosità Giorgia Chiato, autrice di libri e a capo di CucinAmica, scuola fondata dalla madre Carmela Caputo, a Napoli (www.cucinamica.it)

Quali sono i polpetti più adatti per la "luciana"?

Per mantenere la morbidezza caratteristica del piatto sono ideali polpetti di 100 g ciascuno. A volte vengono utilizzati i moscardini, anche congelati. È invece preferibile escludere polpi grandi, anche a pezzi.

Si può utilizzare la pentola a pressione?

È preferibile utilizzare un recipiente con coperchio che chiude bene, su fuoco molto dolce, per permettere ai polpetti di rilasciare la loro acqua lentamente.

Esistono varianti?

Come per tutte le ricette di tradizione, le varianti sono molte. Una, abbastanza "moderna" ma entrata nell'uso, prevede di sfumare i polpetti con vino rosso.

Al posto dei pomodorini "del piennolo", che sono l'eccellenza, vanno bene anche i San Marzano, pelati o passati al setaccio.

Si può preparare con anticipo il giorno prima?

Il piatto trova giovamento da un riposo di un paio di ore, ma non deve perdere freschezza. Nel caso ne avanzasse, ma non succede quasi mai, si può servire il giorno dopo sopra fette di pane cafone, da gustare come bruschetta.

> segue da pag. 82

Per una temperatura dolce e costante durante la cottura, veniva utilizzato il "pignatiello", ovvero una casseruola di terracotta, coperta da un panno umido, sigillata dal coperchio, che non andava levato, per trattenere il vapore. Metodo ingegnoso, che assicurava polpetti morbidissimi, rimasto sostanzialmente lo stesso. Nel tempo, invece, la ricetta si è arricchita di varianti che cambiano di famiglia in famiglia, come sempre accade per le ricette tradizionali. Si possono utilizzare i prelibati pomodorini "al piennolo" vesuviani, preferiti dai napoletani per sughi di sapore intenso; oppure i pomodori San Marzano, privati della buccia e a pezzi, o passati per ottenere un sugo fluido e cremoso. Per bilanciare il gusto dolce acidulo dei pomodori, possono intervenire capperi e olive, amarognoli e profumati. Per l'ingrediente principe - i polpetti - sono da preferire quelli veraci (ovvero, di scoglio), più pregiati e saporiti dei "sinischi", che vivono sui fondali, riconoscibili per una sola fila di ventose sui tentacoli. Il tempo di cottura dei polpetti varia a seconda della grandezza: dopo i primi 20 minuti, il suggerimento è di controllarli punzecchiandoli con una forchetta, per non rischiare che diventino stopposi.

L'ode di Eduardo

Se sul fondo della casseruola rimane abbondante fondo di cottura, si può farlo restringere e versarlo, caldo, sui "purpetielli", da raccogliere come intingolo con fette di pane casereccio. Diffusa è anche la consuetudine di utilizzare il saporito sughetto per condire la pasta e ottenere un ricco piatto unico. A questa usanza, il grande Eduardo de Filippo ha dedicato il poemetto "Si cucine comme vogli'i", vera ode a tema gastronomico. Tradotto, suona così: "Se vuoi fare un condimento per farti un vermicello con il sugo di polipetto, ti consiglio come devi fare: metti dentro al pignatiello pomodori, aglio e olio, tutto a crudo. Un coperchio, fuoco lento e lascialo stare". Per "vermicello" Edoardo intende gli spaghetti, che in Campania sono sinonimo della ruvida, fondente pasta di Gragnano, altra eccellenza locale.



BERE GIUSTO

Il pomodoro, le olive nere, i tempi di cottura che rendono ogni sapore più complesso, tutto questo ci fa pensare a un vino rosso che ricalca gli aromi del Mediterraneo e sfida sia la densità del sugo, sia la fibra del polpo: è un confronto aperto nel quale il Piediroso prodotto con metodi naturali da un'azienda della Campania Felix, qual è Cacciagalli di Roccamonfina, accompagna la tenacia del mollusco senza forzare mai la mano.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono, su ordinazione, anche questo piatto.

LO STUZZICHINO

Via Deserto 1a, Sant'Agata sui Due Golfi (Na), tel. 081 5330010

Cucina del territorio che punta sulla selezione delle materie prime, soprattutto verdure e pesce. Tra le specialità, oltre ai polpetti alla luciana: scialatielli ai frutti di mare, involtini di pesce bandiera con provola affumicata, alici dorate e fritte, pezzogna all'acqua pazza.

LA CATAGNA

Via Pennata 50, Bacoli (Na), tel. 081 5234218-328.

Già il nome è tutto un programma: le gergo dei pescatori la "catagna" è il nascondiglio dei polpi. Il menu varia a seconda del pescato quotidiano e i polpetti alla luciana vengono serviti come antipasto. A seguire, paccheri con ragù di cernia e frittura di calamari.

DA DONATO

Via Spaventa 37-41, Napoli, tel. 081 287828. Trattoria e pizzeria in un ambiente informale, con classici della cucina locale che possono essere gustati anche singolarmente. Da non perdere i polpetti alla luciana in cestino di pizza, impepata di cozze, ziti al ragù napoletano.

SCOPRI COME CUCINARE MEGLIO, SPENDENDO MENO!



RICETTE E MENU A 2 EURO MAX

In edicola con **Starbene**, la guida che rivoluzionerà il vostro budget alimentare in oltre 100 pagine di ricette e consigli per risparmiare, sfruttare al meglio gli ingredienti e mantenerli freschi più a lungo.

Un'opera imperdibile a cura di Gabriele Costantino, Diplomato all'Accademia Chef e concorrente del talent MasterChef.



- RICETTE FACILI, GUSTOSE E ORIGINALI CORREDATE DAI SUGGERIMENTI DELLO CHEF
- CONSIGLI SU DOVE ACQUISTARE INGREDIENTI A FILIERA CORTA CON IL PATROCINIO DELLA FONDAZIONE CAMPAGNA AMICA - COLDIRETTI
- SOLUZIONI PRATICHE PER RISPARMIARE IL 60% DELLA SPESA ALIMENTARE



SCOPRI LO SHOP ON LINE SU
MONDADORIPERTE.IT!

DAL **21 FEBBRAIO**
IN EDICOLA CON

Starbene
40 ANNI

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



ZAFFERANO 3 CUOCHI

Passione e utilizzo di tecnologie esclusive, rispetto della tradizione ed avanguardia nell'innovazione fanno dello Zafferano 3 Cuochi il marchio leader in Italia e, da oltre 80 anni, il vincente in cucina. Tante gustose ricette sono disponibili su: www.3cuochi.it.



SKYR LIDL

Lidl Italia presenta lo Skyr, formaggio fresco della tradizione islandese, dall'elevato contenuto proteico, una quasi totale assenza di grassi ed un basso contenuto di zuccheri. La sua consistenza morbida ed il suo sapore ricco lo rendono perfetto da gustare come uno yogurt oppure da utilizzare in ricette dolci e salate.



LINEA BIOLOGICA EXQUISA

Exquisa presenta la Linea Biologica formata dal Formaggio fresco cremoso e dai Fiocchi di Latte prodotti con latte di qualità ottenuto esclusivamente da allevamenti biologici. Privi di conservanti. Senza glutine.



TEMPEH NATURA NUOVA BIO

Il Tempeh è un alimento vegetale ottenuto dalla fermentazione controllata dei fagioli di soia gialla decorticata. Il Tempeh di Natura Nuova Bio è un prodotto 100% italiano e biologico, adatto a diete vegane e vegetariane, che si presta a essere utilizzato in diversi modi, sia fresco sia in cottura.



CONFETTURE SANTA ROSA

Fruttavolontà è una confettura extra con una percentuale di frutta elevata 70%, dove i classici pezzettoni di frutta e la consistenza cremosa creano bontà profumate tutte da gustare. Una lista ingredienti essenziale unitamente alla elevata quantità di frutta sono garanzia di qualità.



GALLETTE DI RISO CÉRÉAL BIO

Le Gallette di riso con riso Venere e riso rosso Céréal Bio sono naturalmente ricche in fibre e senza glutine, l'ideale per un'alimentazione sana e naturale.



TÈ VERDE CON MATCHA

Il Matcha è un pregiatissimo tè verde dalle riconosciute proprietà antiossidanti. Sir Winston Tea utilizza foglie raccolte a mano, essiccate, macinate a pietra e poi conservate al riparo dalla luce e dall'ossigeno per preservare al meglio il colore verde e le proprietà salutari.



WWW.SECONDCHEF.IT

È nato un sito da vero gourmand. Basta consultarlo, per avere tutto l'occorrente, dalla ricetta agli ingredienti più freschi, genuini e di qualità direttamente a casa per preparare un'ottima cena senza perdita di tempo e senza sprechi. www.secondcchef.it (attivo a Milano).



BRIMI MOZZARELLA LATTE DI FIEÑO

Brimi Centro Latte Bressanone presenta la Mozzarella Latte Fieno. Il latte fresco da fieno Brimi è un latte naturale ed autentico che dona alla mozzarella una consistenza morbida ed elastica ed un gusto fresco, intenso ma al contempo delicato.



FATTINCASA DI LEO

La linea Fattincasa del biscottificio Di Leo si arricchisce con una nuova proposta: Fattincasa con farro e farina macinata a pietra 100% italiana. Tutta la gamma è senza olio di palma.



POLLINE MIELIZIA

Il Polline Deumidificato Mielizia è sottoposto a un trattamento di asciugatura speciale che permette il rispetto delle sue caratteristiche nutrizionali. Questo eccellente alimento, ricco di proteine di origine vegetale, può essere consumato tal quale oppure come ingrediente per originali abbinamenti gastronomici.



YOGURT MAGRO AL CIOCCOLATO

Latteria Vipiteno presenta il nuovo yogurt magro al cioccolato, uno yogurt leggero senza grassi e senza glutine che unisce al tradizionale sapore genuino del latte 100% Alto Adige il gusto sfizioso del cioccolato.



YAKULT LIGHT

Yakult Light è una bevanda di latte scremato fermentato, che contiene il fermento lattico Lactobacillus casei Shirota utile a favorire l'equilibrio della flora batterica. Da oggi contiene un edulcorante naturale estratto dalle foglie di Stevia, con un potere dolcificante 200 volte superiore al comune zucchero, ma senza calorie.



CRESPELLE KOCH

Versatili, facili e veloci da preparare: le crespelle surgelate Koch sono realizzate come da tradizione con uova, latte e farina di prima qualità. Disponibili con ripieno di formaggi, funghi o ricotta e spinaci. Senza additivi né conservanti.



GNOCCHI FRESCHI SELENELLA

Selenella presenta gli Gnocchi freschi, preparati esclusivamente con patate di prima qualità, cotte a vapore nella propria buccia. Gli Gnocchi Selenella, realizzati in collaborazione con Patamore, sono garantite dal Consorzio Patata Italiana di qualità.



PERA ANGÉLYS

La Pera Angélys si distingue per l'unicità che contraddistingue la sua polpa: fondente, zuccherina, particolarmente aromatica e ricca di proprietà nutrizionali. È prodotta dalla Spreafico Francesco & F.lli S.p.A. nel rispetto dell'ambiente e senza trattamenti conservanti.



VERDURE ALTO ADIGE

Le verdure a Marchio di Qualità Alto Adige vengono coltivate a pieno campo da piccole aziende a conduzione familiare che si occupano della loro coltivazione con estrema cura e rispetto dell'ambiente. Fresche, croccanti e dal gusto inconfondibile, si prestano alla realizzazione di tantissime ricette.



PANE DI SEGALE NATTURA

Il Pane di Segale Integrale Biologico di Nattura è ricco di cereali e fonte di fibre, ha un basso indice glicemico, è ricco di vitamine e di minerali. Disponibile nelle due varianti con semi di lino o semi di girasole.

Grebiule Sen, vassoio
in legno da Cioncasa, vasi
in vetro con chiusure
ermetiche distr. da MCM
Emballages e Bormioli
Rocco. Indirizzi a pagina 6



Cottura in vaso

CUOCERE IN BARATTOLI RENDE I CIBI PIÙ TENERI, FRAGRANTI E SUCCULENTI. UNA TECNICA FACILE, PERFETTA PER PESCE, CARNE A TOCCHETTI E VERDURE

a cura di Marina Cella, ricette di Alessandra Avallone con la collaborazione di Anna Montoldi, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina

Il nome fa pensare a una nuova stranezza degli chef. In realtà la vasocottura è un metodo semplice e per nulla insolito: significa cuocere in barattoli di vetro, come si fa da sempre a bagnomaria per marmellate e conserve. Ma questo metodo di preparazione dei cibi, perfetto per cotture piuttosto rapide, si adatta anche agli ortaggi, alla carne e al pesce tagliati a pezzetti, ai crostacei, le uova, le salse e i dessert. È pratico, perché i contenitori monoporzione si usano sia per cuocere sia per servire e si possono riporre direttamente in frigo o in freezer. È veloce: grazie alla pressione all'interno dei vasetti, i tempi di cottura si accorciano; e anche salutare, perché la vasocottura preserva i nutrienti dei cibi (vitamine e altro) e richiede poco condimento. Gli alimenti, racchiusi in contenitori ermetici, conservano aromi e sapori più intensi e naturali, e colori più brillanti. La carne si mantiene morbida e succulenta, il pesce cuoce delicatamente, le creme e i dolci sono più soffici. Lo sanno bene gli chef, che stanno riscoprendo la vasocottura: Cristian Mometti del ristorante La Porta di Bologna vi ha dedicato un intero libro (*Vasocottura*, Club Magnar Ben, magnarben.it); alcuni pasticciieri, come Denis Dianin e Alessandro Servida, hanno proposto per Natale il panettone più originale, in monoporzioni cotte in vaso. Dunque non resta che provare, munendosi di barattoli di vetro ermetici con chiusura a molla o a vite (nel microonde evitare tappi metallici). Gli ingredienti, che devono avere gli stessi tempi di cottura, si preparano e si radunano tutti insieme nei vasi, senza riempirli fino all'orlo: si condisce leggermente (olio, brodo, bisque) e si cuoce; prima di aprirli, meglio farli riposare una decina di minuti. I metodi di cottura sono diversi. A bagnomaria sul fornello, con i vasi immersi nell'acqua, oppure nel forno, in una teglia con 2/3 di acqua. A vapore, nella vaporiera o nell'apposito cestello. Oppure in forno a secco e, per i piatti più veloci (6-7 minuti), nel microonde. Infine, i più ecologisti possono cuocere in lavastoviglie, avvolgendo i barattoli in sacchetti di plastica.

Vassoio da Coincasa,
vasetto con chiusura
ermetica Bormioli Luigi,
tovagliolo Society Limonta.
Nella pagina accanto, foto
grande: americana Society
Limonta, lavastone Made a
Mano, vasetti con chiusura
ermetica Bormioli Rocco,
piattino Forme di Farina.
Foto piccola: cestino
da Coincasa, tovagliolo
Society Limonta, vasi
in vetro con coperchio
distr. da MCM Emballages.
Indirizzi a pagina 6

Millefoglie di vitello all'acciuga tartufata

pag. 95



Tortine soffici al cioccolato e arancia

pag. 95



ZUPPA DI PESCE ALLA CATALANA

PER 4 PERSONE

600 g di pescatrice - 1 scorfano -
1 gallinella - 4 triglie - 200 g di
pomodori ciliegini - 2 cipolle - 2
spicchi d'aglio - 1 grossa patata -
4 mazzetti guarniti (con porro,
sedano, timo e finocchietto) -
0,5 dl di brodo vegetale - olio
extravergine d'oliva - sale

- **1** Riducete a fette sottili le cipolle e l'aglio, stufatele in padella con 2 cucchiaini d'olio e un pizzico di sale; quando sono morbide, unite metà dei ciliegini tagliati in due e spegnete.
- **2** Pulite e squamate lo scorfano e la gallinella, eliminate la lisca e la pelle della pescatrice e tagliate i pesci a grossi tranci. Pulite, squamate e sfilettate le triglie. In una padella con 2 cucchiaini d'olio rosolate i tranci 2-3 minuti per parte e scolateli con una paletta forata; dorate per qualche istante le triglie e tenete da parte.
- **3** Pelate e tagliate la patata a fette sottili con la mandolina. Distribuite i ciliegini rimasti sul fondo di 4 barattoli di vetro ermetici di 4 dl di capacità, coprite con uno strato di patate e un cucchiaino di cipolle. Suddividete i pesci nei vasi alternandoli con cipolle e ciliegini e fette di patate. Inserite in ciascun barattolo 1 mazzetto guarnito, bagnate con il brodo (1,2 dl circa ognuno), chiudete e cuocete a vapore per 20 minuti circa.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 35 minuti ● 330 cal/porzione

Mousseline di asparagi
al prosciutto

pag. 95



POLLO MARINATO ALLE SPEZIE CON CUSCUS

PER 4 PERSONE

8 cosce di pollo - 2 spicchi d'aglio
- 1 limone non trattato - 6 chiodi di
garofano - 1 stecca di cannella - 1
cucchiaino di zenzero in polvere e
1 di noce moscata in polvere - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe
per il cuscus: 200 g di cuscus
precotto - 1 carota - 1 cipolla
rossa - 1 costola di sedano
- 1 piccola fetta di zucca - olio
extravergine d'oliva - sale

● **1** Eliminate la pelle e il grasso dalle cosce di pollo e staccate la carne dalla base dell'osso. In una ciotola mescolate le spezie con il succo e la scorza grattugiata del limone, unite 0,5 dl di olio, gli spicchi d'aglio tagliati a metà, un pizzico di sale e una buona macinata di pepe. Immergete il pollo nella marinata e fate riposare per 20 minuti.

● **2** Suddividete le cosce in 4 vasi ermetici di 5 dl di capacità, versate un cucchiaino abbondante di marinata in ciascuno con l'aglio e chiudeteli. Fateli bollire (100°) in una pentola coperti d'acqua per 1 ora e 30 minuti.

● **3** Nel frattempo preparate il cuscus. Pulite le verdure, tagliatele a piccoli dadi e saltatele in padella con 2 cucchiaini d'olio. Fate gonfiare il cuscus come indicato sulla confezione. Quando è pronto unite 1 cucchiaino d'olio e sgranatelo con una forchetta. Passatelo in padella con le verdure e servite con il pollo.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura 1 ora e 35 minuti
- 475 cal/porzione



Ciotola da Madame Gioia
Home, tovagliolo da
Coincasa, vaso con chiusura
ermetica Bormioli Luigi.
Nella pagina accanto:
vassoio da Madame Gioia
Home, tovagliolo Society
Limonta, vasetti con tappi in
vetro da MCM Emballages.
Indirizzi a pagina 6

Tonno speziato allo zenzero
con pesto di carote

pag. 95

Tagliere in legno e marmo
da Coincasa, ciotola
da Madame Gioia Home,
bicchiere in vetro borosilicato
da La Rinascente, vasetto
a chiusura ermetica
Bormioli Rocco.
Indirizzi a pagina 6

TONNO SPEZIATO ALLO ZENZERO CON PESTO DI CAROTE

PER 4 PERSONE

500 g di tonno fresco - 1 noce di zenzero fresco - 1 cucchiaino di pepe verde (fresco o al naturale) - 120 g di carotine novelle (già pulite, se possibile di più colori) - 1 mini sedano rapa (oppure 60 g di sedano rapa pulito) - olio extravergine d'oliva - sale
per il pesto: 2 manciate di foglie di carota tenere (quelle dei mazzi di carote) - 40 g di anacardi - 1/2 spicchio d'aglio - 1/2 limone - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tagliate il tonno a grossi pezzi e salatelo. Dividete a metà le carotine, tagliate a spicchi il sedano rapa e condite entrambi con poco sale. Sbucciate lo zenzero, affettatelo sottile e mescolatelo con il tonno.
- **2** Suddividete le verdure preparate, il tonno e il pepe verde a strati in 4 vasi di vetro a chiusura ermetica di 2,5 dl di capacità. Aggiungete un giro d'olio, chiudete e cuocete i vasi in forno a 200° per 20 minuti.
- **3** Tostate in padella gli anacardi finché sono fragranti. Lavate la parte tenera delle foglie di carota e asciugatele bene. Mixatele con gli anacardi tritati, 2 prese di sale, il succo dell'aglio spremuto e 4 cucchiaini d'olio. Allungate il pesto con poca acqua calda e qualche goccia di succo del limone. Fate riposare i vasi qualche minuto, apriteli e servite il tonno caldo con il pesto di accompagnamento.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 25 minuti ● 340 cal/porzione

MILLEFOLGIE DI VITELLO ALL'ACCIUGA TARTUFATA

PER 4 PERSONE

400 g di fesa di spalla di vitello affettata a carpaccio - 1 tartufo nero medio - 1 spicchio d'aglio - 10 filetti di acciuga grandi sott'olio - qualche rametto di timo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Spezzettate le acciughe, mettetele in una casseruola con 6-8 cucchiaini d'olio e l'aglio e scioglietele a fuoco dolce; insaporite con una macinata di pepe. Separate le foglie del timo dai rametti. Affettate sottilmente il tartufo.

Tagliate la carne a fettine o pezzetti e, con un pennello da cucina, spennellateli con l'olio alle acciughe.

- **2** Suddividete il vitello a strati in 4 vasi a chiusura ermetica di 2,5 dl di capacità e distribuite sopra ogni strato foglioline di timo e fettine di tartufo. Regolate di sale. Quando i barattoli sono pieni chiudeteli ermeticamente e cuocete a vapore per 30 minuti. Fate raffreddare nella vaporiera semi aperta. Servite la carne tiepida o fredda, se vi piace con una julienne di patatine fritte.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 35 minuti ● 260 cal/porzione

TORTINI SOFFICI AL CIOCCOLATO FONDENTE E ARANCIA

PER 4 PERSONE

150 g di burro + 30 per imburrare i barattoli - 150 g di zucchero - 120 g di marmellata di arance - 100 g di farina di frumento 00 - 50 g di cacao - 50 g di cioccolato fondente - 3 uova - 1 arancia non trattata - un pizzico di sale - panna acida per accompagnare

- **1** Imburrate generosamente 4 barattoli di vetro a chiusura ermetica di 2 dl di capacità e ricoprite il fondo con un disco di carta da forno. Raccogliete in una ciotola il burro con lo zucchero e montateli con le fruste elettriche fino a ottenere un composto liscio e spumoso. Poi aggiungete all'impasto, nell'ordine: il cacao, 1 uovo, metà della farina, 1 secondo uovo, la farina rimasta, l'uovo rimanente, il sale, il cioccolato tritato grossolanamente e la scorza grattugiata dell'arancia. Lavorate il composto con una spatola, unendo l'ingrediente successivo solo quando il precedente è ben incorporato.
- **2** Mettete la marmellata in una piccola casseruola e fatela sciogliere per qualche minuto a fuoco bassissimo. Trasferite il composto al cioccolato in un sac à poche e spremetelo nei barattoli riempiendoli fino a metà; aggiungete un cucchiaino di marmellata ciascuno, coprite con l'impasto rimasto e terminate con un po' di marmellata.
- **3** Chiudete ermeticamente i barattoli, trasferiteli in una pentola, copriteli completamente d'acqua e fateli bollire (100°) per 1 ora. Lasciate

raffreddare le tortine, toglietele dai vasetti e servitele accompagnate con un cucchiaino di panna acida.

FACILE

- Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora e 5 minuti ● 840 cal/porzione

MOUSSELINE DI ASPARAGI AL PROSCIUTTO

PER 4 PERSONE

1 mazzo di asparagi grande - 2 uova - 0,5 dl di panna fresca - 2 cucchiaini di grana grattugiato - 50 g di prosciutto cotto in una sola fetta - noce moscata - olio extravergine d'oliva - sale - pepe bianco

- **1** Private gli asparagi della parte più dura e fibrosa e separate i gambi dalle punte. In una pentola con acqua bollente salata lessate prima i gambi per 10 minuti, poi le punte per 3 minuti. Scolate il tutto e tagliate le punte a metà in senso verticale. Frullate a crema i gambi e metà delle punte, tenendo da parte le rimanenti; incorporate le uova sbattute, la panna, una grattata di noce moscata, il grana e il pepe. Regolate di sale.
- **2** Tagliate il prosciutto a dadini e rosolateli in padella con qualche goccia di olio. Quando sono dorati tenetene da parte un cucchiaino e mescolate i rimanenti con la crema di asparagi. Spennellate d'olio 4 vasetti di vetro ermetici di 2 dl di capacità, suddividetevi il composto di asparagi preparato e le punte riservate, chiudete e cuocete a vapore per 15 minuti. Fate riposare i vasetti e servite la mousseline tiepida, guarnita con si dadini di prosciutto tenuti da parte.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 30 minuti ● 550 cal/porzione



Alice da grande vuole fare il pilota. **Ma ha il cancro.**

Con il tuo aiuto
possiamo dare speranza
ad Alice e a tanti altri bambini
malati di tumore. **Sostienici.**

Invia un sms o chiama da fisso il

45540

dal 3 febbraio al 31 marzo 2017

Con un piccolo contributo sostieni **Gold for Kids**, il progetto di Fondazione Umberto Veronesi che finanzia la ricerca scientifica per curare i bambini affetti da patologie oncologiche*.

Dona 2 euro

con un sms



Dona 2 o 5 euro

con chiamata da rete fissa



Dona 5 euro

con chiamata da rete fissa



Ti aspettiamo nelle piazze italiane

25 e 26 marzo
Coloriamo la ricerca

Scegli le nostre matite
e sostieni **Gold for Kids**.

Scopri la piazza più vicina a te su
www.fondazioneveronesi.it



**Fondazione
Umberto Veronesi**
—per il progresso
delle scienze

"Fallo subito, però!"

*Con i fondi raccolti verranno sostenuti i costi di gestione e avviamento delle cure per le recidive dei sarcomi delle ossa e dei tessuti molli.
Per saperne di più fondazioneveronesi.it



CUM GRANO SALIS

Mantiene intatte le proprietà nutrizionali, si presenta bene ed è pratica. Cum Grano Salis (palatifini.it/cumgranosalis/) fa un vero e proprio elogio della vasocottura, la quale «altro non è che la riunione di tutti gli ingredienti in un vaso a porzione individuale e cotti a bagnomaria», oppure anche al microonde o nel forno. Il blog spiega tutte le tecniche in modo puntuale, dando anche qualche spunto per ricette sfiziose.



Il Sole in Cucina
la vita, il cibo assumono tutto un altro colore, sapore.

DIETRO AL CIBO

Il bello della vasocottura è che puoi preparare tutto in anticipo e poi cuocere al momento, sicuro di servire una ricetta che si presenta bene. È l'idea di Riccardo, maestro di cucina, giornalista, blogger e youtuber che su dietroalcibo.com e sul suo canale Youtube posta reportage di food, tutorial e speciali sui grandi eventi legati al cibo.



IL SOLE IN CUCINA

Trota salmonata in vasocottura con pomodorini e capperi confit, accompagnata da krumiri all'olio del Garda (foto). Il titolo della ricetta di Enrica è quasi più lungo della spiegazione, che invece è semplice e diretta. Lei si definisce pazza foodblogger, oltre che moglie, mamma e sportiva accanita. E sul suo ilsoleincucina.it spiega e fotografa tanti piatti sfiziosi, offrendo ispirazioni interessanti e mai banali a chi la segue.

Cucinare con i vasetti

ONLINE È DIVERTENTE E DI TENDENZA. MA SOPRATTUTTO, DICONO IN RETE, CONSENTE UNA CUCINA SANA E PRATICA, CON UN OCCHIO ALLA PRESENTAZIONE

di Barbara Roncarolo

LE VOSTRE FOTO SU INSTAGRAM

Esperimenti casalinghi, scoperte e assaggi golosi e cucina di professionisti e grandi chef. A proporre foto di prelibatezze in vasetto su Instagram sono i profili più vari. Cercando **#vasocottura** abbiamo infatti trovato le belle gallery di **@cristianmometti**, **@nel_tegame_sul_fuoco**, **@aliceristorante** (sì, proprio il ristorante stellato di Viviana Varese a Eataly di Milano) e **@francescoferriani**. Ciascuno propone una chiave di lettura appetitosa e personale del tema.



DOLCE VITA

zucca
& zenzero

Dolci

arancia
& birra

noci
& caffè

zucchine
& limone

con il buco

angel cake

IMPASTI ULTRASOFFICI O RUSTICI PER UNA SFILATA DI GOLOSE
CIAMBELLE. FARCITE, GLASSATE, CON LA FRUTTA, IL CIOCCOLATO

a cura di Marina Cella, ricette di Claudia Compagni, foto di Luca Colombo, styling di Patrizia Cantoni

Tavolo Orissa,
teiera Asa
Selection,
alzatina Fiorirà un
giardino,
tovagliolo C&C.
Indirizzi a pagina 6

Angel cake
con lamponi
pag.106

CIAMBELLA DI ZUCCA E ZENZERO CON GLASSA AL CIOCCOLATO

PER 8 PERSONE

400 g di zucca mantovana - 5 uova - 3 albumi - 200 g di zucchero semolato
- 200 g di farina bianca - 10 g di lievito per dolci - 20 g di zenzero candito a dadini
- 1,2 dl di olio di semi di girasole - 250 g di formaggio spalmabile
- 40 g di zucchero a velo - 100 g di cioccolato fondente - sale

● **1** Tagliate la zucca a spicchi, eliminate i semi, trasferitela in una teglia rivestita con carta da forno, coprite con la stagnola e cuocete in forno caldo a 180° per circa 30 minuti. Fate raffreddare, eliminate la scorza e frullate la polpa con un mixer a immersione.

● **2** Riunite in una terrina le uova, 160 g di zucchero semolato, l'olio, un pizzico di sale, 250 g di purea di zucca e la farina setacciata con il lievito; mescolate fino a ottenere

un impasto liscio e omogeneo. Unite 15 g di zenzero candito e mescolate.

● **3** Montate gli albumi con lo zucchero semolato rimasto fino a ottenere una meringa morbida e amalgamatela al composto precedente. Versate il tutto in uno stampo a ciambella alto di 24 cm di diametro e cuocete in forno preriscaldato a 180° per circa 50 minuti. Rovesciate lo stampo su una gratella e fate raffreddare il dolce.

● **4** Montate il formaggio con lo zucchero a velo, unite 90 g di cioccolato tritato e sciolto a bagnomaria e amalgamate. Staccate il dolce dallo stampo con un coltellino e sformatelo sul piatto da portata. Spalmate la crema su tutta la superficie, decorate con il cioccolato rimasto grattugiato e dadini di zenzero candito. Passate 10 minuti in frigo e servite.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 1 ora e 30 minuti ● 570 cal/porzione



Tessuto Emporio
Tessile. Nella
pagina accanto:
piatto Cargo
Indirizzi a pagina 6

Ciambellone
alla birra e arancia
pag. 106



TORTA BRIOSCIATA NOCI E CAFFÈ

PER 8 PERSONE

450 g di farina bianca - 2 tuorli - 100 g di burro - 50 g di zucchero bianco - 60 g di zucchero di canna - 15 g di lievito di birra fresco - 1,6 dl di latte - 80 g di gherigli di noce - 1 cucchiaino di caffè liofilizzato - 1 limone non trattato - un pizzico di sale - burro e farina per lo stampo

- **1** Sbriciolate il lievito in una terrina, scioglietelo nel latte leggermente intiepidito, unite un cucchiaino di zucchero bianco e mescolate. Aggiungete la farina setacciata, lo zucchero bianco rimasto, i tuorli e il sale e amalgamate gli ingredienti. ● **2** Unite il burro morbido a fiocchetti, lavorando il composto con le mani poi continuate a impastare sulla spianatoia per circa 10 minuti. ● **3** Formate una palla, incidetela con un taglio a croce, trasferitela nella terrina, copritela con un foglio di pellicola e lasciatela lievitare per 2 ore in luogo tiepido. ● **4** Sgonfiate leggermente la pasta e formate un rotolo di circa 8 cm di diametro. ● **5** Con un coltello tagliate il rotolo a fette di circa 1 cm di spessore poi stendetele in piccole sfoglie di circa 1/2 cm di spessore. ● **6** Tritate grossolanamente i gherigli di noce con lo zucchero di canna e la scorza del limone grattugiata e cospargete il composto sulla metà delle sfoglie. ● **7** Cospargete le sfoglie rimaste con il caffè. ● **8** Riempite uno stampo da kuglof di 20 cm di diametro, imburrate e infarinato, alternando i 2 tipi di sfoglie. Coprite lo stampo e lasciate lievitare per un'altra ora in luogo tiepido. Cuocete il dolce in forno preriscaldato a 180° per circa 40 minuti. Sformatelo e lasciatelo raffreddare su una gratella.

FACILE ● Preparazione 30 minuti + riposo ● Cottura 40 minuti ● 455 cal/porzione





Tessuto rigato
C&C, tovagliolo
Marina C.
Indirizzi a pagina 6

CIAMBELLINE BANANA E CIOCCOLATO

PER 8 PERSONE

320 g di farina bianca - 180 g di zucchero - 2 banane molto mature - 50 g di gocce di cioccolato - 50 g di cioccolato fondente - 1/2 dl di panna - 10 g di lievito per dolci - 3 dl di latte - 70 g di burro - 8-10 fette di banana disidratata - 1/2 limone - un pizzico di sale - burro e farina per gli stampi

- **1** Sbucciate le banane, tagliatele a tocchetti, bagnatele con il succo del limone filtrato e frullatele con un mixer a immersione fino a ottenere una purea omogenea. Unite lo zucchero, il burro morbido, la farina setacciata con il lievito, il latte e il sale e frullate nuovamente. Aggiungete le gocce di cioccolato e mescolate.
- **2** Imburrate e infarinate 8 stampini a ciambella di 10 cm di diametro e riempiteli con l'impasto preparato. Cuocete le ciambelle in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti, levatele dagli stampi e lasciatele raffreddare su una gratella per dolci.
- **3** Tritate finemente il cioccolato. Scioglietelo a bagnomaria insieme alla panna e lasciate intiepidire. Rovesciate il composto sulle ciambelle, glassandole a piacere. Decorate con le fette di banana disidratata, spezzettate o intere, e servite.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 40 minuti ● 425 cal/ciambellina



Corona di zucchini al limone

pag 106

Tessuti Emporio
tessile. Barattolo
e bicchiere in
vetro (nella pagina
accanto) Cargo.
Indirizzi a pagina 6



ANGEL CAKE CON LAMPONI

PER 6 PERSONE

12 albumi - 350 g di zucchero - 140 g di farina bianca - 1 baccello di vaniglia - 1 cucchiaino di cremor tartaro (lievitante naturale) - 250 g di lamponi - 1/2 limone - un pizzico di sale - burro e farina per lo stampo

● **1** Montate gli albumi con il cremor tartaro unendo poco alla volta 250 g di zucchero, fino a ottenere una meringa lucida e morbida. Aggiungete i semini contenuti nel baccello di vaniglia, il sale e la farina setacciata, in 2-3 riprese. Mescolate delicatamente con una spatola, con movimenti dal basso verso l'alto per non smontare il composto.

● **2** Imburrate e infarinate uno stampo a ciambella alto 12 cm del diametro di 22 cm, versatevi il composto preparato e cuocete il cake in forno già caldo a 180° per circa 45 minuti. Fatelo riposare nel forno spento con lo sportello semiaperto per 20 minuti. Sformatelo delicatamente su una gratella per dolci.

● **3** Cuocete i lamponi, tranne 2 da usare per il decoro, con lo zucchero rimasto e il succo del limone per 7-8 minuti. Frullate con un mixer a immersione, filtrate la salsa e fatela raffreddare. Spalmate la superficie del cake, decorate con i lamponi riservati e servite con la salsa rimasta a parte.

ELABORATA ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 55 minuti ● 300 cal/porzione



CIAMBELLONE ALLA BIRRA E ARANCIA

PER 8 PERSONE

300 g di farina 00 - 200 g di zucchero di canna - 1,8 dl di birra scura - 3 uova - 1,2 dl di latte - 1,6 dl di olio di semi di girasole - 10 g di lievito per dolci - 100 g di scorze di arancia candite - 1 arancia non trattata - sale - burro e farina per lo stampo - zucchero a velo

● **1** Riunite in una terrina le uova con l'olio e lo zucchero di canna e mescolate con una frusta fino a ottenere un composto omogeneo. Aggiungete la farina setacciata con il lievito, 70 g di scorze candite tagliate a dadini, un pizzico di sale, la scorza dell'arancia grattugiata, la birra e il latte; amalgamate gli ingredienti.

● **2** Imburrate e infarinate uno stampo a ciambella ovale di 30x20 cm; riscaldare il forno a 180°. Versate l'impasto nello stampo e cuocete il dolce per circa 50 minuti. Lasciatelo intiepidire e sformatelo su una gratella.

● **3** Al momento di servire spolverizzatelo con poco zucchero a velo e decorate a piacere con le scorze candite rimaste tagliate a julienne.

FACILE ● Preparazione 20 minuti

● Cottura 50 minuti ● 465 cal/porzione



CORONA DI ZUCCHINE AL LIMONE

PER 8 PERSONE

500 g di zucchine - 240 g di farina bianca - 10 g di lievito per dolci - 3 uova - 1 dl di olio di semi di girasole - 200 g di zucchero - 300 g di yogurt greco - 100 g di lemon curd (crema inglese al limone, in vendita al supermercato) - 1 limone non trattato - un pizzico di sale - burro e farina per lo stampo

● **1** Lavate e spuntate le zucchine, grattugiatele con una grattugia a fori grossi e strizzatele a piccoli mucchietti tra le mani in modo da eliminare tutta l'acqua di vegetazione. Stendetele poi su più fogli di carta assorbente da cucina e premetele con altri fogli.

● **2** Riunite in una terrina lo zucchero con le uova e mescolate con una frusta fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate l'olio, mescolate e unite le zucchine, la farina setacciata con il lievito, la scorza del limone grattugiata e il sale. Amalgamate il composto e versatelo in uno stampo a ciambella di 24 cm di diametro, imburrate e infarinate.

● **3** Cuocete il dolce in forno già caldo a 180° per circa un'ora, lasciatelo intiepidire e rovesciatelo su una gratella. Quando è freddo mescolate lo yogurt con 50 g di lemon curd e disponetelo a quenelle sulla superficie della ciambella. Servite con il lemon curd rimasto.

FACILE ● Preparazione 20 minuti + riposo

● Cottura 1 ora ● 415 cal/porzione

In 20 anni ne abbiamo fatte di case

CASA facile

ANNIVERSARIO



Da 20 anni CasaFacile è la casa di tutti noi! Siamo cresciuti insieme, tra idee creative, prima&dopo, soluzioni e approfondimenti smart che hanno fatto di questo giornale il Tuo consulente. Festeggiamo insieme 20 anni d'ispirazione con un'annata ricca di sorprese, appuntamenti e contenuti indimenticabili! Seguici su casafacile.it e sui social con [#casafacile20anni](https://twitter.com/casafacile20anni). In edicola dal 7 marzo a 1,50 euro.

CasaFacile, CasaTua

Le patate colorate

DALLE TINTE VIVACI E POLPA DELICATA, SONO IDEALI PER
PREPARARE INSOLITI GNOCCHI E SORPRENDENTI CONTORNI

di Miriam Ferrari, foto di Maurizio Lodi, in cucina Livia Sala, stylist Laura Cereda



Tessuto, piatto di peltro
e attrezzi da giardino.
Le Stanze della Memoria.
Indirizzo a pagina 6



LA SCELTA AL MERCATO

- **1** Patate a polpa viola varietà Vitelotte; hanno un gusto delicato che ricorda la nocciola e la castagna.
- **2** Patate a buccia rossa e polpa gialla: nei supermercati sono in vendita con la dicitura “patate rosse da forno”; si consiglia di cuocerle con la buccia, ricca di minerali e vitamine.
- **3** Patate a polpa viola varietà Salade bleu: cuocendo in acqua, infatti, rilasciano un colore blu.

PER PURÈ, GNOCCI, TORTINI, CROCCHETTE

- **1** Lavate le patate viola, immergetele in una casseruola con abbondante acqua fredda e lessatele.
- **2** Scolatele e sbucciatele, ancora calde, eliminando le eventuali parti ammaccate. Per evitare di romperle utilizzate l'apposita forchettina a tre denti.
- **3** Passatele allo schiacciapatate e procedete seguendo la ricetta da realizzare.



PER APPETIZER E STUZZICHINI

- **1** Tagliate una grossa patata viola a fettine sottili immergendole man mano in acqua fredda.
- **2** Scottate le fettine in acqua bollente per 5 minuti, sistematele su una placca foderata con carta da forno, salatele, spennellate di olio e infornatele a 180° per 10-15 minuti.
- **3** In alternativa friggete le fettine crude, poche alla volta, in olio molto caldo e scolatele croccanti.



CARTOCETTI DI PATATE AL BURRO E CIPOLLINA

- **1** Lavate 8 piccole patate rosse da forno, asciugatele e avvolgete ciascuna in un foglio di alluminio. Mettete i cartocetti in una teglia e infornate a 180° per circa mezz'ora.
- **2** Lavorate in una ciotola 100 g di burro morbido a pezzetti con un pizzico di sale e pepe fino a ottenere una crema soffice, unite un cucchiaino di erba cipollina lavata e tagliuzzata e mescolate bene. Sfornate le patate, svolgetele dall'alluminio incidetele al centro, salatele e conditele, ancora calde, con la crema al burro e cipollina.

FRITTATA VARIEGATA

- **1** Sbucciate e tagliate a tocchetti 300 g di patate viola, rosolatele in una padella antiaderente con una noce di burro e portatele a cottura unendo ogni tanto qualche cucchiaino di latte.
- **2** Sbattete 6 uova con un pizzico di sale e pepe, versatele nella padella delle patate, unite una bella manciata di grana padano grattugiato, mescolate bene, appoggiate sopra un coperchio e fate rapprendere la frittata. A metà cottura giratela con l'aiuto del coperchio. Servitela tagliata a spicchi con un mix di insalatine.



GNOCCHI DI PATATE VIOLA

- **1** Cuocete 600 g di patate viola e passatele al setaccio come indicato alla pagina precedente, unite un pizzico di sale e di noce moscata, un uovo piccolo, 100 g circa di farina bianca e impastate.
- **2** Formate con l'impasto dei lunghi cilindri dello spessore di circa 1 cm, tagliateli a tocchetti e passateli sui rebbi di una forchetta, sistemandoli man mano sulla spianatoia infarinata. Cuocete gli gnocchi in abbondante acqua salata, scolateli appena affiorano in superficie e conditeli con burro fuso profumato alla salvia e parmigiano.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

DOLCE E SOLARE

Un tocco di colore anche nelle patate dolci o americane (Ipomea batatas), che dal punto di vista botanico non sono parenti delle comuni patate, pur richiamandone forma e consistenza della polpa. Tra le tante varietà spicca quella di colore arancione acceso, dovuto all'elevata concentrazione di betacarotene, ossia di provitamina A,

un valido aiuto per proteggere la vista e rafforzare le difese immunitarie. Ha un gradevole gusto dolce (100 g di polpa contengono circa 5 g di zuccheri, contro gli 0,80 della comune patata) e si abbina bene con le spezie. Un esempio? La vellutata allo zenzero: patate dolci arancioni cotte a vapore, passate, diluite con latte e insaporite con una grattata di zenzero fresco.



Tessuto e piatto ovale
Le Stanze della Memoria;
a sinistra, pentole
e padelle TVS,
forbici Fiskars.
Indirizzi a pagina 6



TAPPE DEL GUSTO

In giro per botteghe

SPECIALITÀ DI
TRADIZIONE DA
ACQUISTARE IN NEGOZI
STORICI DOVE
IL TEMPO SI È FERMATO

di Paola Mancuso, in cucina Claudia
Compagni, foto delle ricette di Felice
Scoccimarro, styling di Stefania Aledi

Interni d'epoca
e golosità dolci
dell'antica confetteria
Pietro Romanengo,
a Genova.

Lo scorso anno, 238 insegne con più di 50 anni di attività hanno chiuso i battenti nella sola Milano. La tendenza è diffusa in tutta Italia: non è facile resistere alla concorrenza di grande distribuzione e colossi dello shopping, ma c'è chi ancora ci riesce. L'associazione dei Locali Storici d'Italia raggruppa e tutela circa 250 realtà con almeno 70 anni di vita che hanno conservato arredi originali o che sono state frequentate da famosi personaggi del passato: dall'enoteca Al Brindisi di Ferrara - spartana, ma certificata come la più antica osteria del mondo - a caffè storici come il Tommaseo di Trieste o il Greco di Roma. Nell'elenco figura, tra gli

altri, l'illustre Confetteria Pietro Romanengo. Nel centro storico di Genova dal 1814, ha conservato interni lussuosi con specchi, soffitti decorati, marmi e, soprattutto, vetrine con plateau delle raffinatezze che l'hanno resa famosa: la frutta candita apprezzata anche da Giuseppe Verdi, confetti, cioccolatini, paste con marron glacé, rose e violette zuccherate e altre leccornie preparate secondo gli antichi ricettari che la stessa famiglia segue da sette generazioni. Molte botteghe storiche, infatti, danno continuità a una tradizione artigianale e familiare che spesso coincide con l'identità e la storia di un quartiere o di un'intera città.

> segue a pag. 115

Gobeletti
ai fiori canditi
pag.113

In queste pagine:
piatti Jars, placca
e stampi Paderno,
colino Tescoma,
posate Mepra,
ciotolino Broste
Copenhagen,
bicchiere Luigi
Bormioli, brocca
Ichendorf Milano,
canovaccio C&C
Milano, piano
Risarni Marmi
Milano.
Indirizzi a pag.6

Scottiglia di agnello



Taglio delle carni in una macelleria della Maremma.



GOBELETTI AI FIORI CANDITI

PER 6 PERSONE

200 g di farina - 90 g di burro
- 20 g di zucchero - 1 uovo - sale
per la crema: 70 g di farina - 1/2 l
di latte - 100 g di zucchero - 1
limone non trattato - 6 tuorli
per il decoro: violette e rose
candite - zucchero a velo

● **1** Riunite nel mixer la farina con lo zucchero, il burro freddo a dadini e un pizzico di sale; frullate fino a ottenere un composto a briciole. Unite l'uovo e 2 cucchiai d'acqua fredda e frullate di nuovo, fino a ottenere una palla. Avvolgetela in pellicola e fatela riposare per 30 minuti in frigorifero.

● **2** Per la crema: montate i tuorli con lo zucchero e la scorza del limone grattugiata; unite la farina e mescolate. Versate a filo il latte intiepidito e cuocete su fiamma bassa per 7-8 minuti, mescolando. Traferite la crema in una ciotola, copritela con pellicola e lasciatela raffreddare.

● **3** Stendete la pasta frolla preparata sul piano di lavoro leggermente infarinato. Ricavate 6 dischi del diametro di 10 cm e rivestite 6 stampini da tartelletta del diametro di 6 cm e con il fondo staccabile. Bucherellate il fondo con una forchetta e riempite le tartellette con la crema preparata. Coprite la crema con la pasta rimasta, eliminate le eccedenze e create un foro centrale con un tagliapasta del diametro di 2 cm.

● **4** Cuocete le tortine nella parte bassa del forno già caldo a 180° per 25 minuti. Lasciatele raffreddare, cospargetele con poco zucchero velo e guarnite con le violette e le rose candite.

MEDIA

● Preparazione 25 minuti
● Cottura 35 minuti ● 445 cal/porzione

CROSTONI CREMOSI CON PORRI, RADICCHIO E ACETO BALSAMICO DI MODENA

PER 4 PERSONE

2 francesini di grano duro - 1
porro - 1 cespo di radicchio di
Treviso tardivo - 120 g di
crescenza - 4 cucchiai di Aceto
Balsamico di Modena Igp - 40 g
di burro - sale - pepe nero

● **1** Pulite il porro, dividetelo a metà nel senso della lunghezza, lavatelo e tagliate ogni parte in 2 pezzi. Cuoceteli, coperti, per 7-8 minuti in una padella antiaderente con metà burro, una presa di sale e 1 dl di acqua. Levateli dal fondo di cottura e teneteli in caldo.

● **2** Pulite il radicchio, staccate le foglie, lavatele e cuocetele per 2 minuti

nella stessa padella del porro con il burro rimasto e una presa di sale.

● **3** Tagliate i francesini a metà e tostateli. Disponetevi sopra il porro, il radicchio, la crescenza a fiocchetti e passateli sotto il grill del forno per 2-3 minuti, fino a quando il formaggio si fonde. Cospargete con l'aceto balsamico e una macinata di pepe.

FACILISSIMA

● Preparazione 10 minuti
● Cottura 15 minuti ● 270 cal/porzione

SCOTTIGLIA DI AGNELLO

PER 4 PERSONE

1 kg di polpa di agnello a
pezzetti - 500 g di pomodori
pelati - 1 cipolla bionda - 1/2
bicchiere di vino rosso - 1
peperone giallo - 2 spicchi
d'aglio - 200 g di pane toscano
- 1 rametto di rosmarino - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate e tritate fine la cipolla e 1 spicchio d'aglio. Scaldate 4-5 cucchiai d'olio in una casseruola, unite la carne insaporita con una presa di sale e rosolatela per 5-6 minuti, rigirandola su tutti i lati. Unite la cipolla e l'aglio, proseguite la cottura per 2 minuti e sfumate con il vino.

● **2** Unite i pomodori sgocciolati e spezzettati, il peperone pulito, a pezzetti, e il rosmarino. Regolate di sale, pepate, coprite e cuocete su fiamma bassa per 45 minuti, unendo se serve, poca acqua calda.

● **3** Quando l'agnello è pronto tagliate il pane a fette, tostatelo sotto il grill e sfregatele con l'aglio rimasto sbucciato. Disponetele nei piatti, distribuitevi sopra la scottiglia.

FACILE

● Preparazione 10 minuti
● Cottura 55 minuti ● 780 cal/porzione

GLI INDIRIZZI

Pietro Romanengo fu Stefano
Via Soziglia 74r, Genova
www.romanengo.com

Enogastronomia Giuseppe Giusti
Via Luigi Farini 75, Modena
www.hosteriagiusti.it

Macellai di Maremma
www.maremmacheciccia.com

> segue da pag. 113

Per valorizzare le attività con un forte radicamento urbano e legami con la tradizione, alcuni Comuni si sono “attrezzati” con appositi albi. Come Modena, che ha individuato circa 47 attività, da più di 50 anni nello stesso locale. Nell'elenco delle Botteghe storiche, l'Enogastronomia Giuseppe Giusti, con oltre quattro secoli di storia, è la più antica d'Europa. Famosa salumeria (nel '600 era nella “Lista dei Lardaruoli e Salsicciari”) è stata pioniera di altre specialità, come il pregiato aceto balsamico, presentato alle Esposizioni Universali già nell'Ottocento. Dal 1980 l'attività del negozio prosegue con una nuova proprietà: alla vendita di salumi, formaggi, condimenti balsamici, pasta fresca, si sono aggiunte una bottiglieria e l'Hosteria, regno della cucina tradizionale.

Anche nei territori rurali sopravvivono nel tempo botteghe di tradizione, piccole, ma molto autentiche. In Maremma, antiche macellerie lavorano e vendono carni da allevamenti locali. Lambardi, nel borgo di Montieri (Grosseto), si rifornisce dai contadini locali di vitelli e agnelli, certificati, e produce salumi in proprio. Alla macelleria Girarrosto a Roccatederighi, la signora Rosina vende manzo della zona e prepara ragu di cinghiale, fresco o in vasetto, da spalmare sul tipico crostino. Recentemente, circa 12 macellerie del Grossetano hanno aderito al progetto di Federcarni per valorizzare le carni di qualità del territorio. I negozi espongono il marchio Macellai di Maremma, che riporta la forma sinuosa delle corna della tipica vacca maremmana.



L'Enogastronomia
Giuseppe Giusti, a Modena

**Crostini cremosi
con porri, radicchio e Aceto
Balsamico di Modena**



PRATICI, INDISPENSABILI, SALVATEMPO!

Continua la nuova collezione di accessori da cucina di **Sorrisi**, perfetta per realizzare in modo semplice e veloce ogni tua ricetta. Non perdere il prossimo appuntamento con il **set coltello e ferma pomodoro**, ideale per affettare velocemente e con precisione pomodori, mozzarelle, cipolle, patate e limoni. **Corri subito in edicola!**

8° appuntamento dal 21 febbraio

FERMA POMODORO + COLTELLO



- Pinza con pratico manico e sistema di chiusura
- Coltello professionale con lama in acciaio e rivestimento anticorrosivo in ceramica e doppia punta
- Ideali per affettare perfettamente pomodori, mozzarelle, cipolle, patate e limoni

solo € 7,99*

In edicola con



I PROSSIMI IMPERDIBILI APPUNTAMENTI:



14 marzo
PINZE MULTIUSO



28 febbraio
TAGLIA UOVO DOPPIO



21 marzo
DOSA SALSE
E PENNELLO



7 marzo
SIRINGA DECORA DOLCI



28 marzo
APRIBOTTIGLIE
MULTIFUNZIONE

Scopri lo shop on line su mondadoriperte.it

GRUPPO  MONDADORI

* Prezzo rivista esclusa.

Tiramisù d'autore

CLARA E GIGI PADOVANI, SCRITTORI ED ESPERTI DI CUCINA, PREPARANO PER NOI DUE SFIZIOSE VERSIONI DEL CELEBRE DOLCE

di Alessandro Gnocchi, foto di Michele Tabozzi

DUE CUORI E UNA CUCINA

Piemontesi doc, Clara Vada Padovani e il marito Gigi Padovani hanno al loro attivo decine di pubblicazioni dedicate al cibo. Con i loro scritti si sono occupati degli argomenti più diversi: la storia dell'alimentazione ("Italia Buon Paese"), lo studio degli ingredienti ("Conoscere il cioccolato") e i fenomeni di tendenza ("Street Food all'italiana"). Singolarmente e in coppia hanno scritto vari libri sulla Nutella; tra questi, "Gnam! Storia sociale della Nutella" (Gigi) e "Passione Nutella" (Clara).

Torinomisù

pag. 118

Sono nati e cresciuti ad Alba, si sono conosciuti al liceo classico, poi si sono trasferiti insieme a Torino per l'università: Clara alla facoltà di matematica e Gigi a quella di giurisprudenza. Quindi matrimonio, insegnamento per lei e giornalismo per lui. Ma sempre con la comune passione per il cibo e la sua cultura, a cui hanno dedicato una lunga serie di pubblicazioni di successo, prima ognuno per conto proprio e poi insieme, firmando Clara e Gigi Padovani. "Unendo le nostre competenze" spiega Gigi "riusciamo a fornire libri completi, che vanno dalla storia dell'alimentazione fino alle

ricette". Ne è un esempio il loro "Tiramisù", dal quale ci propongono due originali versioni del celebre dessert. "La prima" dice Clara "fin dal nome Torinomisù, è dedicata alla nostra città. Gli ingredienti principali, come i grissini, il vermouth e il cioccolato gianduia sono tipicamente torinesi". Tutt'altra ispirazione per il Pink-me-up dalla Romania. "In questo caso" spiega ancora Clara "abbiamo voluto omaggiare tre Paesi europei. Oltre alla Romania, presente con la sua ricotta, citiamo anche la Francia con i biscotti rosa di Reims e l'Italia con lo spumante Franciacorta".





GIANDUIA IN FREEZER
Essendo molto morbido, il cioccolato gianduia va tenuto in freezer per circa 1 ora prima dell'utilizzo; in questo modo è più facile grattugiarlo e si evita che le scaglette tendano a fondere.



TORINOMISÙ

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

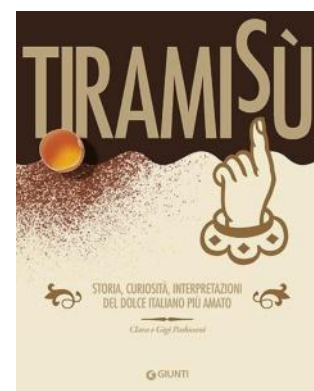
480 g di seirass (ricotta piemontese di latte vaccino)
- 200 g di mascarpone - 2 cucchiaini di cannella in polvere - 8 grissini ad acqua stirati a mano - 2 dl di Vermouth Carpano Antica Formula - 200 g di cioccolato gianduia - 200 g di granella di nocciole tostate

- **1** Trasferite il seirass in una ciotola e lavoratelo molto bene con una frusta fino a renderlo cremoso. Poi, incorporate il mascarpone, 1 cucchiaino alla volta, e continuate lavorare il composto in modo da ottenere una crema morbida e vellutata.
- **2** Aggiungete al composto la cannella in polvere facendola cadere a pioggia molto lentamente.
- **3** Mescolate con una frusta fino a quando la cannella si sarà distribuita in modo uniforme.
- **4** Con un coltello seghettato e molto affilato, tagliate ogni grissino in 3 parti di una lunghezza tale che possano entrare comodamente in un grosso calice da vino rosso.
- **5** In un piatto fondo, miscelate il Vermouth con 2 dl d'acqua. Poi, intingete nella miscela metà dei grissini tagliati, in modo che risultino ben inzuppati.
- **6** Distribuite sul fondo di 4 calici un po' della crema preparata in modo che possa fare da supporto ai grissini. Sistemate 3 di questi ultimi in ogni calice, poi copriteli con un abbondante strato di crema e distribuite su quest'ultima metà granella di nocciole tostate.
- **7** Con una grattugia a fori grossi, grattugiate il cioccolato gianduia sopra lo strato di granella di nocciole. Poi, inzuppate i pezzi di grissini rimasti e sistematene 3 in ciascun calice. Continuate come in precedenza con la crema rimasta, la granella rimasta e terminate con un'abbondante spolverizzata di cioccolato gianduia grattugiato, quindi ponete il tiramisù in frigorifero almeno per 2-3 ore. Essendo preparato senza zucchero, potete servirlo anche come sfizioso antipasto. Per il dessert, invece, è possibile accentuare la nota dolce aggiungendo alla crema 60 g di zucchero.



IL DOLCE DEGLI ITALIANI

Un libro di cucina può anche suscitare polemiche. È accaduto con "Tiramisù", nel quale Clara e Gigi Padovani attribuiscono l'invenzione del dolce al Friuli mentre secondo l'opinione comune è di origine veneta. Oltre alla storia del dessert più amato dagli italiani, il libro propone 40 ricette raccolte e rielaborate nel corso di una ricerca di dieci anni. (Tiramisù. Storia, curiosità, interpretazioni del dolce italiano più amato, Giunti, pag. 160, € 18).



PINK-ME-UP DALLA ROMANIA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1/2 bustina di preparato per budino alla vaniglia non zuccherato - 2,5 dl di bibita gasata all'arancia - 2 tuorli - 60 g di zucchero - 100 g di mascarpone - 250 g di brânza de vaci (ricotta rumena) - 300 g di confettura di petali di rosa - 10 biscotti rosa di Reims - 2 dl di Franciacorta rosé

- **1** In un pentolino, versate il preparato per budino, aggiungete la bibita all'arancia, mescolando bene, quindi incorporate 2 cucchiaini di confettura di petali di rosa. Portate a ebollizione su fuoco moderato e, dopo 2 minuti, spegnete. Versate il composto in una teglia, stendetelo allo spessore di 1 cm e fatelo raffreddare in frigo per 4 ore.
- **2** In una ciotola, montate con la frusta elettrica i tuorli e 40 g di zucchero in modo da ottenere un composto molto chiaro e spumoso. In un'altra ciotola lavorate la brânza de vaci con lo zucchero rimasto fino a renderla cremosa. A parte lavorate il mascarpone rendendolo molto morbido.
- **3** Mescolando delicatamente, incorporate alle uova montate prima la ricotta e poi il mascarpone. Continuate a mescolare fino a ottenere una crema liscia e senza grumi.
- **4** Unite alla crema 2 o 3 cucchiaini di confettura di petali di rosa, a seconda dell'intensità di colore che volete ottenere.
- **5** Versate lo spumante in un piatto fondo, inzuppatevi 5 biscotti e disponeteli sul piatto da portata.
- **6** Coprite i biscotti con uno strato di crema, poi stendevi sopra, al centro nel senso della lunghezza, una striscia di confettura di petali di rosa. Inzuppate nello spumante i biscotti rimasti, formate un altro strato sopra quello precedente e copritelo con la crema rimasta.
- **7** Togliete il budino dal frigo, intagliatevi alcuni pezzi della forma desiderata, decorate il tiramisù e trasferitelo in frigo. Lasciatelo raffreddare 2 o 3 ore e servite.



1



2



3



4



5

BISCOTTI FATTI IN CASA
Sbattete 2 tuorli con 60 g di zucchero; unite 2 albumi, sbattete ancora e unite 2 cucchiaini di confettura di rosa. Setacciate 80 g di farina, 50 g di amido di mais, 5 g di lievito per dolci e uniteli al composto. Distribuite quest'ultimo in 10 pirrottini di carta, spolverizzate con zucchero a velo infornate a 180° per 10 minuti. Togliete dal forno, fate raffreddare e poi cuocete per altri 5 minuti. Sfornate i biscotti e spolverizzateli con zucchero a velo.



6



7



MADE IN ITALY

CONOSCERE E GUSTARE LE ECCELLENZE

Trote e salmerini del Trentino

**ALLEVATI IN ACQUE PURE
E FREDDE, HANNO CARNI
PRELIBATE. MAGRE, TENERE,
DI AROMA E GUSTO DELICATI**

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala,
scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Montagne, ghiacciai e nevai perenni, acque limpide e fredde: il Trentino è la regione ideale per l'allevamento delle trote, con una lunga tradizione che risale a fine Ottocento. Il primo stabilimento di piscicoltura fu inaugurato a Torbole (1879), per diffondere questa pratica ma anche per ripopolare le acque di trote e salmerini. Seguirono molti altri allevamenti, finché, un centinaio di anni dopo, nel 1975 nacque l'Associazione dei Trocicoltori Trentini e in seguito quella dei produttori (Astro, troteastro.it). L'ultimo traguardo, nel 2013, è stato il riconoscimento dell'Igp alle due specie allevate in provincia di Trento e nel comune di Bagolino (Bs): le Trote del Trentino e il Salmerino del Trentino (nella foto), che da qualche mese sono in vendita con il marchio europeo sulle confezioni.



«La qualità dei nostri pesci è strettamente legata alla montagna e all'ambiente: dipende dall'abbondanza di acque pure, ben ossigenate e fresche del Trentino» dice Diego Collier, direttore della cooperativa Astro, che lavora e commercializza i prodotti di una settantina di troticoltori associati. «Gli allevamenti sono supervisionati dalla fondazione Edmund Mach di San Michele all'Adige, che si occupa di ricerca e formazione. La trota iridea è il pesce più allevato, venduto in tutto il Nord Italia e in parte del Centro, anche nella grande distribuzione: fresco intero, a filetti o affettato, in piatti pronti come carpacci e hamburger. Il salmerino alpino invece è un prodotto di nicchia, più difficile da allevare perché in natura vive nei freddi laghi alpini e ha una crescita lenta, fino a 3 anni; per contro rimane più snello di quello di pianura e le sue carni hanno pochissimi grassi, in prevalenza Omega 3. È commercializzato soprattutto in Trentino Alto Adige ma molto apprezzato dai ristoratori non solo locali». Entrambi i pesci sono allevati in vasche di limpide acque sorgive, di pozzi o di fiumi e torrenti. I mangimi, studiati in collaborazione con la fondazione Mach, sono equilibrati e completi, senza aggiunta di sostanze estranee all'alimentazione dei pesci.

La trota, bianca o salmonata, è ottima, con polpa chiara e compatta, povera di grassi. Il salmerino è più pregiato, una vera chicca: le carni bianche, sode ma tenere, sono magre e asciutte. Il sapore è delicato, con un odore tenue di acqua dolce senza alcuna nota fangosa. In cucina è protagonista sia di ricette tipiche trentine sia di piatti più innovativi, come quelli proposti a ExpoRiva 2016 di Riva del Garda: risotto allo zafferano con salmerino cotto nel latte, completato con la sua pelle passata in forno e sbriciolata; lasagnette con salmerino affumicato e funghi trifolati; tortini di patate con filetti di pesce conditi con tapenade e panati con semolino e timo; cannoli di pancetta ripieni di salmerino e patate servito con fonduta di formaggio della regione.



BERE GIUSTO

La ricetta esalta la delicatezza del salmerino e vi aggiunge un pizzico di morbida grassezza in più, appena contrastata dalla sapidità dei capperi e dalla pungenza dei cetriolini. Alla Nosiola dell'azienda Foradori, prodotta nel cuore del Trentino, il compito di accompagnare il gusto del piatto conservandone il soave equilibrio.



SALMERINI AL FORNO CON SALSA ALLE MELE

PER 4 PERSONE

2 salmerini del Trentino di 400 g l'uno - 2 mele tipo Gala - 1/4 di sedano rapa (circa 150 g già pulito) - 100 g di pancetta - 1/2 spicchio d'aglio - 1 rametto di alloro - prezzemolo - 40 g di cetriolini in salamoia - 60 g di capperi dissalati - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Tagliate a tocchetti 1 mela sbucciata e il sedano rapa; riuniteli in una casseruola con 1/2 bicchiere di acqua, un filo d'olio e un pizzico di sale e cuocete a recipiente coperto fino a che saranno morbidi. Frullate con il frullatore a immersione, unendo il burro a fiocchetti e ancora poca acqua se necessario per ottenere una crema soffice e setosa. Insaporite con i cetriolini tritati grossolanamente e tenete da parte.
- **2** Pulite i salmerini: eviscerateli e sciacquateli sotto il getto del rubinetto, poi asciugate un po' la cavità con carta da cucina. Tritate la pancetta con 2 foglie di alloro, l'aglio e qualche fogliolina di prezzemolo; unite i capperi e tritate anch'essi grossolanamente.
- **3** Farcite con il composto i pesci e sistemati su una placca foderata con carta da forno; unite la mela rimasta tagliata a pezzetti e un ciuffetto di alloro, irrorate con un filo di olio, salate e pepate a piacere e cuocete nel forno preriscaldato a 190° per 15 minuti. Servite con la salsa alle mele e cetriolini a parte.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 25 minuti
● 485 cal/porzione

NEL NUMERO DI APRILE

30 anni di sale&pepe

in edicola dal 24 marzo

Sale&Pepe compie 30 anni! Li festeggiamo con tante ricette che ripercorrono le tappe della nostra gastronomia in questi 3 decenni: la riscoperta dei prodotti regionali e dello street food, la curiosità per l'etnico, il buono e sano e altro ancora. Un entusiasmante viaggio del gusto, dalle nostre pagine alla vostra cucina.

GRUPPO

SALE&PEPE

n. 3 MARZO 2017

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE

Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA

Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO

Roberto Porta

HANNO COLLABORATO

Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Patrizia Cantoni, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Tommaso Fara, Sara Farina, Miriam Ferrari, Stefania Giorgi, Paola Mancuso, Anna Montoldi, Alessandro Pasinelli Studio, Antonella Pavanello, Livia Sala, Studio Salaris, Sandro Sangiorgi, Ernesto Fagiani, Mariarosca Schiaffino, Francesca Tagliabue

Foto: Marco Azzoni, Adriano Brusafferri, Luca Colombo/Studio XL, Emanuela De Santis, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkemia, Laura Spinelli, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI

È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: sito web: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041.509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press-Di Abbonamenti SpA - C/O CMP Brescia - Via Dalmazia 13, 25126 Brescia (BS). L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista. Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 045.8884400; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 02/7542.1 - Fax 02/75422302.
© 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto anche se non pubblicati non si restituiscono. Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 7991 del 9 febbraio 2015



Questo periodico è iscritto
alla FIEG Federazione
Italiana Editori Giornali

SALE&PEPE SUL TUO IPAD

Da oggi puoi leggere Sale&Pepe anche sul tuo iPad con la nuova app di sfoglio digitale. Scarica subito l'applicazione di Sale&Pepe magazine dall'Apple Store (oppure fotografa il codice QR qui a destra).



Inoltre, sul sito www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,99 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!



Zafferano con spaghetti

...oppure con riso, pesce, carne, uova,
verdura, salse, frutta e dolci.

Lo Zafferano 3 Cuochi è perfetto su ogni piatto.
Provalo con le tue ricette preferite
e per saperne di più vai su WWW.3CUOCHI.IT



**ZAFFERANO 3 CUOCHI
CONDISCOLO COME TI PARE**

HOME MADE WITH LOVE

In Tescoma siamo grandi fan del "fatto in casa", con ingredienti freschi di stagione e a km zero. E tu sai resistere alla tentazione di preparare un piatto genuino, fatto con le tue mani? Basta aprire la dispensa e lasciare spazio alla creatività. Agli utensili pensiamo noi: nel nostro assortimento di oltre 2.000 prodotti troverai un'infinità di accessori di cui non potrai più fare a meno per preparare i piatti di tutti i giorni e i menu per le grandi occasioni. In Tescoma abbiamo tutti gli ingredienti giusti per le tue ricette.

stampo per savoiardi
DELLA CASA
art. 629528



tescoma®

la passione in cucina.



SHOP

www.tescoma.it

Numero Verde
800777546